உளநலவியல்

(MENTAL HYGIENE)

டாக்டர் தா. ஏ. சண்முகம்

தமிழ் வெளியீட்டுக் கழகம்

தமிழக அரசு

தமிழ் வெளியீட்டுக் கழக வரிசை எண்—222

உளநலவியல்

(MENTAL HYGIENE)

ஆசிரியர்

டாக்டர் தா. ஏ. சண்முகம், எம்.ஏ., எம்.லிட்., பி.எச்டி.,

பேராசிரியர், உளவியற்றுறைத் தலைவர்,

சென்னைப் பல்கலைக் கழகம், சென்னை.

தமிழ் வெளியீட்டுக் கழகம்

தமிழக அரசு

First Edition—March, 1970

B.T.P. No. 222

MENTAL HYGIENE

DR. T. E. SHANMUGAM

Net Price Rs. 6-00
(No discount)

Printed by
SUNRISE PRINTERS,
16, Ibrahim Sait Street,
Madras-1.

அணிந்துரை

(திரு. இரா. நெடுஞ்செழியன், தமிழகக் கல்வி–சுகாதார அமைச்சர்)

தமிழைக் கல்லூரிக் கல்வி மொழியாக ஆக்கி எட்டு ஆண்டுகள் ஆகிவிட்டன. குறிப்பிட்ட சில கல்லூரிகளில் பி.ஏ., வகுப்பு மாணவர்கள் தங்கள் பாடங்கள் அனைத்தையும் தமிழிலேயே கற்றுவந்தனர். 1968ஆம் ஆண்டின் தொடக்கத்தில் புகுமுக வகுப்பிலும் (P.U.C.), 1969ஆம் ஆண்டிலிருந்து பட்டப் படிப்பு வகுப்புகளிலும் விஞ்ஞானப் பாடங்களையும் தமிழிலேயே கற்பிக்க ஏற்பாடு செய்துள்ளோம். தமிழிலேயே கற்பிப்போம் என முன்வந்துள்ள கல்லூரி ஆசிரியர்களின் ஊக்கம், பிற பல துறைகளி லும் தொண்டு செய்வோர் இதற்கெனத் தந்த உழைப்பு, தங்கள் சிறப்புத் துறைகளில் நூல்கள் எழுதித் தர முன்வந்த நூலாசிரி யர்கள் தொண்டுணர்ச்சி இவற்றின் காரணமாக இத் திட்டம் நம்மிடையே மகிழ்ச்சியும் மன நிறைவும் தரத்தக்க வகையில் நடைபெற்றுவருகிறது. இவ்வகையில், கல்லூரிப் பேராசிரியர்கள் கலை, அறிவியல் பாடங்களை மாணவர்க்குத் தமிழிலேயே பயிற்று விப்பதற்குத் தேவையான பயிற்சியைப் பெறுவதற்கு மதுரைப் பல்கலைக்கழகம் ஆண்டுதோறும் எடுத்துவரும் பெருமுயற்சியைக் குறிப்பிட்டுச் சொல்லவேண்டும்.

பல துறைகளில் பணிபுரியும் பேராசிரியர்கள் எத்தனையோ நெருக்கடிகளுக்கிடையே குறுகிய காலத்தில் அரிய முறையில், நூல்கள் எழுதித் தந்துள்ளனர்.

வரலாறு, அரசியல், உளவியல், பொருளாதாரம், தத்துவம், புவியியல், கணிதம், பௌதிகம், வேதியியல், உயிரியல், வானியல், புள்ளியியல் ஆகிய எல்லாத் துறைகளிலும் தனி நூல்கள், மொழிபெயர்ப்பு நூல்கள் என்ற இரு வகையிலும் தமிழ் வெளியீட்டுக் கழகம் நூல்களை வெளியிட்டுவருகிறது.

இவற்றுள் ஒன்றான 'உளநலவியல்' என்ற இந்நூல் தமிழ் வெளியீட்டுக் கழகத்தின் 222ஆவது வெளியீடாகும். இதுவரை 257 நூல்கள் வெளிவந்துள்ளன.

உழைப்பின் வாரா உறுதிகள் இல்லை; ஆதலின் உழைத்து வெற்றி காண்போம். தமிழைப் பயிலும் மாணவர்கள் உலக மாணவர்களிடையே சிறந்த இடம் பெறவேண்டும்; அதுவே தமிழன்னையின் குறிக்கோளுமாகும். தமிழ்நாட்டுப் பல்கலைக் கழகங்களின் பலவகை உதவிகளுக்கும் ஒத்துழைப்புக்கும் நம் மனம்கலந்த நன்றி உரித்தாகுக.

இரா. நெடுஞ்செழியன்

உள்ளுறை

பக்கம்

பகுதி ஒன்று

உளநல இயலும் வரலாறும்

பகுதி இரண்டு

உளநலமும், உடல் உள இயக்கங்களும்

பகுதி மூன்று

வளர்ச்சியும் உளநலமும்

பக்கம்

பகுதி நான்கு

கல்வியும் உளநலமும்

பகுதி ஐந்து

தொழிற்சாலையில் உளநலம்

பகுதி ஆறு

சமூகமும் உளநலமும்

உளநலவியல்

பகுதி ஒன்று

உளநல இயலும் வரலாறும்

1. உளநல இயலின் வளர்ச்சி
2. பிறழ்வான உளநிலைபற்றிய கருத்துகள்

பகுதி இரண்டு

உளநலமும் உடல் உள இயக்கங்களும்

3. நாளமில்லாச் சுரப்பிகள்
4. மெய்ப்பாடு
5. ஊக்கிகள்
6. மனமுறிவும் சூழ்நிலை முட்டுகளும்
7. பிறழ்வான உள்ளநிலை

1. உளநல இயலின் வளர்ச்சி

உளநல இயல் என்ருல் என்ன என்பதுபற்றிப் பல்வேறு கருத்துகள் நிலவுகின்றன. 'உள்ளத்தினைத் திட நிலையில் வைத்துக் கொள்வதற்கான வழிகளை அறிவிக்கும் துறையே உளநலவியல்' என வாரன் (Warren) குறிப்பிடுகின்ருர். டிரிவர் (Drever) அச் சொல்லை விளக்கும்போது 'உளநலவியல் என்பது திட உள்ளத்திற்கு அடிப்படையான விதிகளை ஆராய்தல், அவைகளை எடுத்து விளக்கித் திட உள்ளத்தைக் காக்க வழிகாட்டுதல்' என்று குறிக்கின்ருர். ஒருவன் உளக்கோளாருே உளநோயோ அடைய அவன் தன்னைப்பற்றி கொண்டுள்ள எண்ணத்திற்கும் (perceived self), தான் இன்னவாறிருக்கவேண்டும் எனக் கொண்டுள்ள இலட்சியத்திற்கும் (ideal self) உள்ள வேறுபாடு காரணமாக அமைகிறது என்றும், இதனை ஆராய்ந்தறிந்து போக்க வழி காட்டுவதே உளநலவியல் என்றும் கார்ல் ரோஜர்ஸ் (Carl Rogers) கூறுகின்ருர். சில உளவியலறிஞர்களும் மருத்துவர்களும் சமூகத்தில் சட்ட திட்டங்களுக்குப் புறம்பான நடத்தையினைப் பிறழ்வு நடத்தை என்று குறிப்பிடுகின்றனர். எனவே கொலை, களவு, தற்கொலை, விபசாரம் முதலியவையும் உளநலவியலில் அடங்கும். சமூகத்திற்கு எதிரான இத்தகைய நடத்தைகளின் அடிப்படைக் காரணங்களைக் கண்டறிந்து அவற்றைக் களைவதும் உளநலவியலின் முக்கிய நோக்கங்களில் ஒன்ருகும். உள்ளத்தின் நலத்தினைப்பற்றிய விதிமுறைகளைக் கூறும் அறிவியலே உளநலவியல் ஆகும். உளநலம் குன்றும்போது உளக் கோளாறுகளோ உளநோய்களோ ஏற்பட வழியேற்படுகிறது. எனவே, உளநல விதிமுறைகள்பற்றி ஆராயும் உளநலவியல் பிறழ்வு நடத்தைகள்பற்றியும் ஓரளவு அக்கறை காட்ட வேண்டியதாகிறது.

வரலாறு

உளநல இயலின் வரலாறு ஏறக்குறைய ஐம்பது ஆண்டுகட்கு முன்புதான் துவங்கியது. உளநலவியல் உளவியலின் ஓர் பிரிவு

ஆகும். இதனால் உளநலவியலைத் துவக்கியவர் ஓர் உளவியலறிஞர் என்றோ மருத்துவர் என்றோ எண்ணத் தோன்றும். மருத்துவ ராகவோ உளவியலறிஞராகவோ இல்லாமலேயே உளநலவியலைத் துவக்கிய பெருமை கிளிப்ஃபோர்ட் பியர்ஸ் (Clifford Beers) என்ற சாதாரணப் பட்டதாரியையே சாரும். அவர் உளநோயால் பல ஆண்டுகள் துன்புற்று அதனின்று குணமடைந்தார். உளநலவிய லில் பியர்ஸ் அக்கறை காட்ட அடிப்படையான காரணம் அவர் உளநோயின்போது அடைந்த அனுபவமே. உளநோயின்போது தான் உற்ற தொல்லைகளையும் துன்பங்களையும் பிறருக்குத் தெரி விக்க வேண்டுமென்ற ஆவலும், அத்தகைய துன்பங்கள் இனியும் உள நோயாளிகட்கு ஏற்படக்கூடாது என்ற நல்லெண்ணமுமே அவரை இவ்வியலைத் தோற்றுவிக்கப் பெரிதும் ஊக்குவித்தன.

அக்கால உள மருத்துவ நிலை

பியர்ஸின் காலத்தில் மேலை நாடுகளில்கூட உளப் பிறழ்வு நிலையால் துன்புறுபவனை மருத்துவமனைகளில் மிகவும் முரட்டுத் தனமாகவே நடத்திவந்தனர். பியர்ஸ் உளச் சோர்வினால் (manic depression) பீடிக்கப்பட்டார். இந் நோயின் கொடுமையினைத் தாங்க இயலாது இவர் தற்கொலை செய்துகொள்ளவும் முயன்ற துண்டு. இந்நிலையில் இவரைக் குணப்படுத்துவதற்காக இவரது உறவினர் பல்வேறு வழிகளிலும் முயன்றனர். ஆனால், அம் முயற்சிகள் அனைத்தும் பயனற்றவையாகவே போயின. இறுதி யில் இவர் வேறு வழியின்றி உள மருத்துவமனையில் சேர்க்கப் பட்டார். அங்கு இவர் சொல்லொணாத துன்பங்களை அனுபவிக்க வேண்டியதாயிற்று. பல ஆண்டுகளுக்கு உள மருத்துவமனையில் வருந்திய இவர் இறுதியில் 1903-ல் ஒருவழியாகக் குணமடைந்து வெளியுலகிற்கு வந்தார். தன் சொந்த அனுபவம் மூலம் உள மருத்துவத்துறையின் பிற்போக்கான நிலையினை அறிந்த இவருக்கு இத் துறையினைச் சீர்திருத்தங்களால் மலரச் செய்ய வேண்டு மென்ற வேட்கை உண்டாயிற்று. எனவே, தன்னை உளநோய் பற்றியதனின்று மருத்துவமனையினின்று குணமடைந்து வெளி யேறியவரை தனக்கு ஏற்பட்ட அனுபவங்கள் அனைத்தையும் தொகுத்து உள மருத்துவ நிலையினை உலகோர் உணரும்வண்ணம் 'தன்னைப் புரிந்துகொண்ட உள்ளம்' (A Mind That Found Itself) என்ற ஓர் உன்னத நூலை வெளியிட்டார். இந் நூல் இருபதாம் நூற்றாண்டில் உளமருத்துவமனைகள் இருந்த நிலையினைத் தெளி வாகச் சித்திரித்துக் காட்டுகிறது. அக் காலங்களில் கிளர்ச்சி மிக்க உளநோயாளிகள் (excited patients) கட்டுக்கடங்காது

நடந்துகொள்வதனைக் கட்டுப்படுத்துவதற்காக உடம்பு, கை, கால் இவற்றை அசைக்கக்கூட இயலாதவண்ணம் ஓர் கருவியில் (Straight Jacket) நாள்கணக்கில் அல்லது வாரக் கணக்கில் பிணைத்துவிடுவர். இவ்வாறு பிணைப்பதனால் நோயாளிகளுக்கு என்ன ஏற்படுகிறது என்று அக் கால உள மருத்துவர்களுக்குத் தெரியாது; தெரிந்துகொள்வதற்கான ஆர்வமும் அவர்களிடம் இருந்ததில்லை. இத்தகைய விபரீத 'குணப்படுத்தும்' முறைகளால் உளநோய் அதிகரித்ததேயன்றி குறைந்ததில்லை. அன்றியும் நோயின் துன்பம் பன்மடங்கு பெருகியது. இவை நோயாளி உளமருத்துவர்மேல் வெறுப்புக் கொள்ளவே வகை செய்தன. இவ் வெறுப்பு உளநோய் குணமடைவதற்கு இன்றியமையாத மருத்துவர்—நோயாளி உறவினை முறிவுபடுத்துவது இயல்பு. இதனால் நோய் குணமாவது தடைப்படுகிறது.

உளநலவியலின் துவக்கம்

இதுபோன்ற முக்கியமான உண்மைகள் பல பியர்ஸின் நூலில் விளக்கமாக விவரிக்கப்பட்டுள்ளன. தன் அனுபவ வழிக் கண்ட உண்மைகளை நூல் மூலம் வெளியிட்டதுடன் பியர்ஸ் நின்று விடவில்லை. அடால்ஃப் மேயர் (Adolf Meyer) என்ற மருத்துவர் உளமருத்துவத் துறையில் ஆர்வம் காட்டக் காரணமாகவும் விளங்கினார். 'உளநலவியல்' என்ற சொல்லை உலகிற்கு வழங்கியவர் அடால்ஃப் மேயரே ஆவார்.

பியர்ஸின் பெருமுயற்சிகளின் பயனாகத் துவங்கிய உளநல இயக்கம் ஆரம்பத்தில் உளநோயால் பீடிக்கப்படுபவர்களைப் பற்றிப் பொதுமக்கள் கொண்டுள்ள தவறான எண்ணங்களைப் போக்கப் போராடியது. உளநோயாளியும் தங்களைப் போன்றவனே எனப் பொதுமக்கள் அறிந்து அனுதாபம் கொள்ளவும் ஆதரவு காட்டவும், அவனுக்கு உதவ வேண்டும் என்ற அக்கறை பெறவும் தூண்டுவதற்கு இவ்வியக்கம் இடைவிடாது முயன்றது.

இன்று நம் நாட்டில் நம்பி வருவதுபோன்றே அன்று மேலை நாடுகளிலும்கூடப் பொதுவாக உளநோயினனைப் 'பேய் பிடிக்கப் பட்டவன்' அல்லது தீய ஆவிகளோடு தொடர்பு கொண்டிருப் பவன் என்றே கருதிவந்தனர். எனவே, உளநோயினன் மக்களின் சீற்றத்திற்கும் தண்டனைக்குமே ஆளானான். இதனாலேயே உளநல இயக்கம் மக்களின் குருட்டு நம்பிக்கைகளை ஒழிப்பதனையே தன் முதற் பணியாகக் கொண்டது. 'உளநோயும் உடல் நோய் போன்றதே'. 'ஒருவன் உடல் நோயால் பாதிக்கப்படும்போது

அவனோ அவனது உறவினரோ அவமானமாக எண்ணியதில்லை; அதே போன்றே உளநோய் ஏற்படும் நிலையிலும் அவமானமாகக் கருதத் தேவையில்லை'. 'தற்கால அறிவியல் முன்னேற்றங்களின் அடிப்படையில் உளநோயை நோக்கவேண்டுமேயன்றிப் பண்டைக் கால மாயாஜால எண்ணங்களோடு அன்று' என்பன போன்ற அரிய உண்மைகளை உளநல இயக்கம் உலகிற்கு எடுத்துக்காட்டி அறிவுறுத்தியது. ஆதாரமற்ற மூட நம்பிக்கைகளை அகற்ற முயன்றது போன்றே அறிவியல் மூலம் கண்டறிந்த பல உண்மை களை மக்களிடையே பரப்புவதற்கும் இவ் வியக்கம் ஆர்வம் காட்டியது. இவ் வியக்கத்தின் முயற்சிகளினாலேயே 'பைத்தியம்' என உளநோயாளிகளையும், 'பைத்தியக்காரர்களின் மருத்துவர்' என்று உளமருத்துவர்களையும் குறிக்கும் வழக்கம் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக மறைந்துவருகின்றது. 'பைத்தியம்' என்ற சொல் 'உளநோய்' எனும் சொல்லால் மாற்றப்பட்டுவருகின்றது. அன்றியும் உள மருத்துவமனைகளைப் 'பைத்தியங்களை அடைத்து வைக்கும் சிறைக்கூடம்' என்று கருதும் தவறான எண்ணம் மாறி வருகிறது. 'உளநல மருத்துவமனை' எனும் தொடரே இன்று பலராலும் சிறப்பாகக் கையாளப்படுகின்றது.

உளநல இயக்க வளர்ச்சி

பியர்ஸ் துவங்கிய இச் சீரிய இயக்கத்திற்குப் பெருவாரியான உளவியலர்களும், உளமருத்துவர்களும், சமூக சேவையில் ஆர்வம் கொண்டோரும் பெரிதும் ஒத்துழைத்தனர். இதன் பயனாக உளநல இயக்கம் மிக விரைந்து உலக முழுதும் பரவத் துவங்கியது. 1908ஆம் ஆண்டு மே 6ஆம் நாள் அமெரிக்க நாட்டு கனெக் டிகட் (Connecticut) நகரில் முதன் முறையாக உளநலக் கழகம் துவக்கப்பட்டது. அடுத்த ஆண்டிற்குள்ளாகவே இவ்வியக்கம் அமெரிக்காவின் பகுதிகள் பலவற்றிற்கும், பின் ஐரோப்பாவிற்கும் பரவ ஆரம்பித்தது. டௌலஸ் (Toulouse) என்பவர் (பிரான்ஸ்), மௌரிஸ் கிரைக் (MauriceGraig) என்பவர் (இங்கிலாந்து) வான்லே (Vonley) என்பவர் (பெல்ஜியம்), ஃபெராரி (Ferrari) என்பவர் (இத்தாலி), சோம்மர் (Sommer) என்பவர் (ஜெர்மனி), ஸ்டேன்ஸ்கி (Stansky) என்பவர் (ஆஸ்திரேலியா) உளநல இயக்கம் வேரூன்று வதற்கு முக்கிய காரணமாக இருந்தனர். இதன் விளைவாகவே 1930ஆம் ஆண்டு அமெரிக்க நாட்டில் வாஷிங்டனில் முதன் முத லாக அனைத்து நாடுகளின் மாநாடு கூடியபோது உலகின் 53 நாடு களின் பிரதிநிதிகளும் ஒன்று கூடும் வாய்ப்புக் கிட்டியது. இம் மாநாட்டிலேயே அனைத்து நாட்டுக் குழு ஒன்று நிரந்தர மானதாக நிறுவப்பெற்றது. இரண்டாம் உளநல மாநாடு

1937-ல் பாரிஸில் கூடியது. 1943-ல் இக் குழுவில் 32 மாநிலங்களில் பணியாற்றும் 78 அவைகளும், வெவ்வேறு நாடுகளில் பணிபுரியும் 30 தேசிய அவைகளும் உறுப்பினராக விளங்கின. மூன்றுவது மாநாடு 1948-ல் லண்டனில் கூடியபோது 'உளநலமும் உலகக் குடியுரிமையும்' என்ற பொருள்பற்றி ஆராயப்பட்டது. மெக்ஸிகோவில் 1951-ல் நான்காவது மாநாடு கூடியபோது பல தலைப்புகள் குறித்துப் பரிசீலனை செய்யப்பட்டன.

இம் மாநாட்டில் ஆராயப்பட்ட தலைப்புகளில் சில—கல்வியியலில் உளநலம், தொழில், தொழிற்கூடம்சார் உளநலம், அயல்நாட்டில் குடிபுகுவோர் உளநலம், நாடும் வீடும் இழந்தோர் உளநலம், உள மருத்துவத்திலுள்ள பிரச்சினைகள் போன்றவைகளாம்.

இம் மாநாடுகளிலெல்லாம் வெவ்வேறு துறையினைச் சேர்ந்த பல்நாட்டு நிபுணர்களும் ஒன்றுகூடித் தங்கள் கருத்துகளை வெளியிட்டுள்ளனர். லண்டனில் நடைபெற்ற மாநாடு 300 'கமிஷன்'களின் சிகரமாக விளங்கியிருக்கிறது. கல்வி, உளமருத்துவம், சமூகப் பணி, சட்டம், மனிதவியல், மருத்துவ உளவியல் போன்ற பல்வேறு துறையினின்று தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட 28 நாடுகளைச் சேர்ந்த 500 உறுப்பினர்களது கருத்துகள் இத்தகைய மாநாடுகளின் மூலம் வெளியிடப்பட்டிருக்கின்றன.

இன்றைய நிலை

இன்று உலக உளநல அரங்கு (World Federation of Mental Health) லண்டனில் தன் தலைமையகத்தைக் கொண்டு இயங்கி வருகின்றது. இவ் அரங்கு பல நாட்டு அரசுகள், அரசு நிறுவனங்கள், தொழிற் குழுக்கள், நகராண்மைக் கழகங்கள், மேதைகள் ஆகிய அனைவருடனும் தொடர்பு கொண்டிருக்கிறது. இத்தகைய தொடர்புகள் உளநலம்பற்றிய பல பிரச்சினைகளுக்குத் தீர்வு காணப் பல வழிகளில் உதவுகின்றன. உளநலம்பற்றிய கருத்துகளை மக்களிடையே உருவாக்கவும் பரப்பவும் இவ் அரங்கு பெரிதும் பாடுபடுகிறது. இவ் அரங்கே உலக உளநலத்தை உயர்த்தப் பலரிடமிருந்தும் ஆலோசனைகள் பெற்று அவற்றை அனைத்து நாட்டுக் கல்வி, சமூக, கலாச்சார நிறுவனத்திற்கு (UNESCO) எடுத்துக் கூறுகிறது. குழந்தைகள் உளநலப் பல்நாட்டுக் கழகமும் (International Council for the Mental Health of Children) இவ் வகையில் நல்ல பணி ஆற்றிவருகின்றது.

உளநலவியல் வாழ்வின் பல பகுதிகளில் செழுமை காண்பதற்கான வழிமுறைகளை வகுத்தளிக்கின்றது. உளநலம் மிக்க சந்ததியினை உருவாக்க உதவுவது, குழந்தைகளைச் சிறந்த முறையில் வளர்ப்பதற்கான வகைகளைக் கூறுவது, பெற்றோரும் பிள்ளைகளும், ஆசிரியரும் மாணவரும் உளநலப்பாங்கான உறவு முறை கொள்ள வழி கோலுவது, குழந்தைப் பருவம் முதல் முதுமை வரையுள்ள பல நிலைகளிலும் ஏற்படும் உளநலப் பிரச்சினைகட்குத் தீர்வு காணும் முறைகளை விளக்குவது, பொருந்திய தொழிலினைத் தேர்ந்தெடுக்கத் துணைபுரிவது, மண வாழ்வில் இரு சாராரும் இயைந்து விளங்குவதற்கான நெறிகளை அறியச் செய்வது போன்றவைகளோடு, உளப் போராட்டம், மன முறிவுகள், ஏமாற்றங்கள், பிரிவுத் துயர்கள், உளநோய்கள் ஆகியவற்றை உரிய முறையில் தீர்ப்பதையும் இலட்சியமாகக் கொண்ட புதியதோர் அறிவியல் துறையாக இன்று உளநல இயல் திகழ்கின்றது.

2. பிறழ்வான உளநிலைபற்றிய கருத்துகள்

பிறழ்வு உளநிலைபற்றிப் பொதுமக்கள் கொண்டுள்ள தவறான கருத்துகள் சில முதல் அதிகாரத்தில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளன. நம் நாட்டு மக்களிடம் நிலவிவரும் கருத்துகள் இவ்வதிகாரத்தில் ஆராயப்படுகின்றன. இந் நூலாசிரியர் உளப் பிறழ்வுபற்றிப் பொதுமக்கள் கருத்தினை அறிவதற்காக மேற்கொண்டுள்ள ஆய்வு இவ்வதிகாரத்திற்கு அடிப்படையாக அமைகிறது. பின்வரும் கருத்துகள் மக்களிடம் பரவலாக நம்பப்பட்டு வருகின்றன.

ஒருசில கருத்துகள்

பிறழ்வான உளநிலை பேய் பிடிப்பதனால் வருகிறது; ஆவிகள் நம்மைப் பிடிப்பதால் ஏற்படுகிறது; பிறர் நமக்கு பில்லி சூனியம் வைப்பதால் உளநிலைப் பிறழ்வு ஏற்படுகிறது; பிறர் கண் படுவதால் நமக்குப் பிறழ்வு உளநிலை ஏற்படுகிறது. பொதுவாக உளப்பிறழ்வு நிலைபற்றிப் பலர் மேற்கூறிய வகையில் கருதுகிறார்கள். எனவே தான் நமது கிராமப்புறங்களில் உடுக்கை அடித்துப் பேய் ஓட்டு கிறார்கள். இத்தகைய கருத்தின் அடிப்படையிலே உளநோயினை நீக்கிக்கொள்ளும் எண்ணத்தில் பில்லி சூனியம் எடுப்பதற்கு சோதிடர்களையும் மாந்திரீகர்களையும் நாடுகின்றனர். ஆனால், இக் கருத்துகள் அனைத்தும் மிகத் தவறானவையாகும். பேய் என்று எதுவும் இதுவரை ஆய்வுபூர்வமாகக் காணப்படவில்லை.

சென்னை உளவியலர் ஒருவரிடம் அழைத்துவரப்பட்டார் ஒருவர். அவரது முதுகில் திடீர் திடீரெனச் சாட்டையினால் அடித் தாற்போல் பெரும் வலி ஏற்பட்டு வந்தது; அன்றியும் சாட்டை யினால் அடித்தால் ஏற்படுவது போன்று தழும்புகள் தோன்றிய வண்ணம் இருந்தன. இதனைக் காணும் எவருக்கும் யாரோ கண்ணிற்குப் புலப்படாமல் இவ்வாறு சாட்டையால் அவரை அடிப்பது போன்றே தோன்றும். இதனைக் கண்ட பலர் பேய் அடிக்கிறது என்று ஐயமின்றி நம்பினர். இதனைப் பல மாதங்

களாக நிபுணர்கள் ஆராய்ந்தனர். அதன் பலனாக அவர்கள் அறிந்த உண்மை இதுவே. நோயாளியின் முதுகில் ஒரு சில நரம்புகள் துடிப்பு மிகுந்து திடீர் திடீரென விரைப்பதன் காரண மாகவே இத்தகைய வலியும் தழும்புகளும் அவரது முதுகில் காணப்பட்டன. அந்த நரம்புகள் அவ்வாறு துடிப்பதற்கு மூல காரணம் அவரது உளநோயே. உரிய முறையில் உளவியல் வழி யில் இந் நோயாளி சிகிச்சை செய்யப்பட்டார். இறுதியில் முற்றி லும் குணமடைந்தார். பேய், பில்லி, சூனியம் ஆகியவற்றில் கொள்ளும் நம்பிக்கைகளைத் தவறெனக் காட்ட அவர் உளவியல் முறையில் உளநலம் பெற்றது தக்க சான்றாக அமைகிறதல்லவா ?

மதத்தினின்று வழுவுவதால் உளப்பிறழ்வுநிலை ஏற்படுகிறது. பாவங்களுக்கு இறைவன் அளிக்கும் தண்டனையே உளப்பிறழ்வு நிலை.

பிறழ்வான உளநிலைபற்றிய இத் தவறான கருத்துகளைச் சிலர் கொண்டுள்ளனர். இக் கருத்துகள் ஆதாரமற்றவை. மதக் கோட்பாடுகளை அப்படியே ஒருவன் கையாள்வதோ அல்லது அவைகளினின்றும் அவன் வழுவுவதோ அவனது மதப் பிரச்சினை. ஆனால், அவன் உளநலம், அவனது மனப் பிரச்சினை. இவை இரண் டையும் தனித்தனியாகவே கருதவேண்டும். மதம், கடவுள் அவனது நம்பிக்கையைஅடிப்படையாகக் கொண்டவை. ஆனால், அவன் உளநலம் அவன் அன்றாடம் நடந்துகொள்ளும் முறையை யும், அந் நடத்தையை அவன் கருதும் முறையையும் அடிப்படை யாகக் கொண்டது. உடல் நோய்க்கு இன்று எவரும் மதத் தையோ, கடவுளையோ காரணமாகக் காட்டுவதில்லை. இதுவே உளப்பிறழ்வுநிலைக்கும் பொருந்தும்.

உளநோய் மூளைக்கு ஏற்படும் நோய். மூளைக்கு ஏற்படும் அதிர்ச்சி களால் உளநோய் உண்டாகிறது.

உள்ளம் மூளையைச் சார்ந்ததாக இருப்பினும் மூளையே உள்ளம் என்று கூறுவது பொருந்தாது. உள்ளம் வேறு, மூளை வேறு. சிந்தனை, உணர்ச்சி, செயல்நிலை போன்ற உள நிகழ்ச்சிகளையே உள்ளம் என்று குறிக்கிறோம். எனவே, உள்ளம் பருப்பொரு ளன்று. உள்ளத்திற்கு உருவம் இல்லை. மூளை என்பது ஓர் உடல் உறுப்பு. உள நிகழ்ச்சிகள் மூளையினைச் சார்ந்து ஏற்படுகின்றன. 'உளநோய் மூளைக்கு ஏற்படும் நோய்' என்பது ஒருசில உள நோய்களைப் பொறுத்தவரை உண்மையே. மூளையின் பகுதிகள் தாக்கப்படும்போது, உளப்பிணி போன்ற நோய்கள் ஏற்படுவது உண்மையே. ஒருசில கிருமிகள் மூளையைப் பாதிப்பதாலும் உளநோய் அதாவது உளப்பிணி தோன்றுவதுண்டு. ஆனால்,

உளநோய்களில் வேறு பல உளவியற் காரணங்களால் மட்டுமே ஏற்படுகின்றன. இவற்றிற்கு எவ்வித உடல் உறுப்புக் கோளாறும் காரணமாக அமைவதில்லை. மேற்போக்காக ஒருசில புலன் உறுப்புகள் போன்றமை பாதிக்கப்பட்டவையாகத் தோன்றும் வேளைகளில்கூட இவை உளவியற் காரணங்களை மட்டுமே அடிப் படையாகக் கொண்டுள்ளன.

பால் உணர்ச்சிகள் ஒடுக்கப்படுவதால் பிறழ்வான உளநிலைகள் உண்டாகின்றன. அதிகமாகப் பாலுறவில் ஈடுபடுவதால் உளநோய்கள் உண்டாகின்றன.

ஃபிராய்டு போன்ற உளவியலறிஞர்களது கொள்கைகளை ஓரளவு புரிந்துகொண்டவர்கள் எல்லா உளநோய்களுமே பாலின் அடிப்படையில் ஏற்படுகின்றனவெனக் கருதுகின்றனர். பல உளநோய்களில் பாலினைச் சார்ந்த காரணமே காணப்படுவதில்லை. ஒருசில உளநோய்களில் பாலும் ஓரளவு காரணமாக அமையலாம். மிகச் சில உளநோய்களே பாலினை முக்கிய காரணமாகக் கொண்டுள்ளன. இதுவே இன்றைய உளவியலின் கருத்து. எந்த ஒரு நோய்க்கும் ஒரே ஒரு தனிக் காரணத்தை எதிர்பார்ப்பது தவறு. பல காரணங்களின் அடிப்படையில் எழுகின்றன.

கைமுட்டிப் பழக்கத்தால் உளப்பிறழ்வுநிலை உண்டாகிறது.

இது பழைய கருத்து. மாற்றப்பட வேண்டியவைகளில் ஒன்று. கைமுட்டிப் பழக்கம் குமரப் பருவத்தினனிடம் ஏற்படும் ஓர் இயல்பான பால்முதிர்ச்சியின் விளைவாகும். இதில் முதன் முதலாக ஈடுபடும் நிலையில் அவன் தான் பிறழ்வுநிலையில் இருப்ப தாக எண்ணிக் கொள்கிறான். கைமுட்டிப் பழக்கம் அவசியமான தொன்றில்லை என்றாலும், இது உளப்பிறழ்வுக்குக் காரணமானது என்று கூற இயலாது.

வறுமையின் காரணமாக உளப்பிறழ்வு தோன்றுகிறது. செல்வச் செழிப்பிலிருக்கும் சிலரும் உளப் பிறழ்வித்து உள்ளாவ துண்டு. சமூகப் பொருளாதார நிலை வேறுபாடு ஓரளவு சில உளநோய்களில் காணப்படுவதுண்டு. மேல்நிலை சமூகப் பொருளாதார நிலையில் உள்ளவர்களுக்கும் பொதுவாக உளக் கோளாறுகள் (Neuroses) ஏற்படுகின்றன; கீழ்நிலைச் சமூகப் பொருளாதார நிலையில் உள்ளவர்களுக்கும் பொதுவாக உள நோய்கள் (Psychoses) வருகின்றன என்று மேலைநாட்டு ஆய்வு

முடிவுகள் குறிப்பிடுகின்றன. நமது நாட்டிற்கும் இது பெரிதும் பொருந்தக்கூடும் என்று உள மருத்துவமனையில் பணியாற்றும் நிபுணர்கள் கருத்துத் தெரிவித்துள்ளனர்.

குடும்பப் பொறுப்புகள் அதிகரிப்பதன் காரணமாகப் பிறழ்வான உளநிலை ஏற்படுகிறது. காதல் தோல்வி உளப்பிறழ்விற்குக் காரணமாக அமைகிறது. வாழ்வில் ஏற்படும் மனமுறிவுகளால் உளநோய் வருகிறது. கவலைகளால் பிறழ்வுநிலை வருகிறது.

உளநோய்க்கு இவை சில வேளைகளில் காரணங்கள் போலக் காணப்படலாம். ஆனால், இவைகள் தாமே உளப் பிறழ்வைத் தோற்றுவிக்கின்றன என்று கூற இயலாது. பொறுப்புகள் அதிகரிக்கப்படும்போதெல்லாம் உளப்பிறழ்வு வருவதில்லை; மன முறிவுகள் ஏற்படும்போதெல்லாம் பிறழ்வான உளநிலை தோன்றுவதில்லை. உளப்பிறழ்விற்குரிய காரணங்களில் ஒருசில இவற்றைச் சார்ந்து இருப்பதுமுண்டு. காதலில் தோல்வியுறுபவர்கள் அனைவரும் உளப்பிறழ்விற்குள்ளாவதில்லை.

பழமையைப் பாதுகாக்காததால் உளநோய் உண்டாகிறது. கூட்டுக் குடும்பங்கள் நிலைமாறித் தனித்தனிக் குடும்பங்கள் சமூகத்தில் தோன்றுவதால் உளப்பிறழ்வு தோன்றுகிறது. தொழில்மயமான நாகரீகம் விரைவாகப் பரவுவதால் பிறழ்வுநிலை அதிகரிக்கிறது.

பழமையைப் புறக்கணிப்பதாலேயே உளப்பிறழ்வுநிலை தோன்றிவிடாது. சான்றாகக் குக்கிராமத்தில் வாழ்ந்த ஒருவன் திடீரென 'நாகரீகச்' சூழ்நிலையில் மாற்றப்படுவானானால் அச் சூழ்நிலையில் பழக்கவழக்கங்களுடன் ஒன்றிவாழ இயலாத காரணத்தால், அவனிடம் போராட்டங்கள் உண்டாகி நாளடைவில் அவனது உளநிலை குலைக்கப்படலாம். சமூகநிலை மாற்றங்களும் தாமே உளப்பிறழ்விற்குக் காரணங்களாகும், வன்மை பெற்றவையன்று. தொழில்மய நாகரீகத்தினாலேயே உளப்பிறழ்வுநிலை வருகிறது என்பதும் தவறே.

இத்தகைய சூழ்நிலைகளை ஒட்டி ஏற்படும் உளப் போராட்டங்கள் முற்றுகின்ற நிலைமையிலேயே உளப்பிறழ்வு ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்பு ஏற்படுகிறது. எனவே, இவை நேரடியாகத் தாமாக உளப்பிறழ்வு நிலையைத் தோற்றுவிக்கும் வாய்ப்பற்றவை. இருப்பினும், சில வேளைகளில் மறைமுக வழியில் இவை ஓரளவு பிறழ்வான உளநிலையைத் தோற்றுவிக்கும் காரணங்களில் சிலவாக இருப்பதுண்டு. உளப்பிறழ்வுநிலைகள் தொழில்மய நாகரீக-

மேலைநாடுகளில் அதிகம் காணப்படுகின்றன என்பதில் உண்மையில்லை. மாறாக அங்கெல்லாம் அறிவு வளர்ச்சி அதிகம் இருப்பதன் காரணமாக உளநோய், உளக்கோளாறுகள் இவைகளுக்கான புள்ளிவிவரங்கள் எடுத்து வைக்கப்பட்டுள்ளன. புள்ளி விவரங்கள் இல்லாத காரணத்தால் மற்ற இடங்களில் உளநோய் குறைவாக இருப்பதுபோல் தோன்றலாம். அதனால் உளப்பிறழ்வே குறைவு என்று தீர்மானிக்க முடியாது.

நுண்ணறிவு குறைவாக இருப்பவர்களுக்கு உளப்பிறழ்வுநிலை வருகிறது. அறிவீனத்தின் அடிப்படையில் உளநோய் வருகிறது.

உளத்திறன் பற்றாக்குறை (mental deficiency) எனும் உள நிலையிலேயே நுண்ணறிவு மிகக் குறைவாக இருக்கிறது. ஏனைய உளப்பிறழ்வுநிலைகள் நுண்ணறிவு குறைந்தோரிடம் வருவது போன்றே நுண்ணறிவு மிகுந்தோரிடமும் வர வாய்ப்பிருக்கிறது. நுண்ணறிவு மிகக் குறைவாக இருப்பது அறிவீனம் ஆனாலும் அது உளப்பிறழ்வு நிலைகள் ஆகாது.

தலைப்பிரசவத்தின்போது உளப்பிறழ்வு வருகிறது. பிரசவத்திற்கும் உளப்பிறழ்விற்கும் நேரடியான உறவு இல்லை. அதாவது, பிரசவம் தானாகவே மட்டும் பிறழ்வான உளநிலையின் காரணமாக அமையக்கூடியதன்று. ஆனால், பிரசவத்தின்போது, குறிப்பாகத் தலைப்பிரசவத்தின்போது உடல் உளநலக் குறைவு சில வேளைகளில் ஏற்படுவதும் உண்டு. இவ்வாறு ஏற்படும் வேளைகளில்கூட பிரசவமும் உளப்பிறழ்விற்கான பல காரணங்களில் ஒன்றாகவே காணப்படுகிறது. ஏற்கெனவே ஆளுமைக் குறைபாடு உடையவர்களிடந்தான் இத்தகைய உளநோய்கள் ஏற்படுகின்றன. இவர்களிடம் உள்ள பெருங் குழப்பங்களினால் உளப்பிறழ்வு ஏற்படுகிறது.

நெருங்கியவர்கள் யாராவது இறந்துவிடுவதால், அதிர்ச்சியின் காரணமாக உளப்பிறழ்வு வருகிறது ; அவ்வாறே திடீரெனப் பெருஞ்செல்வம் அடையும்போதும் பிறழ்வுநிலை வருதலுண்டு. இக் கருத்துக்கும் எவ்வித அறிவியல் அடிப்படையும் இல்லை. ஒரு சில வேளைகளில் இத்தகைய நிகழ்ச்சிகளை அடுத்துப் பெரும் நட்டத்திற்குள்ளான அந்நிலையில் உளப்பிறழ்வு வாய்க்கப்படலாம். பெற்றோரைத் திடீரென இழந்த நிலையில் இக் கோளாறு ஏற்படலாம். ஆனால், இச் சந்தர்ப்பங்களெல்லாம் தாமாகவே உளநோய்க்கு வழிகோலுகின்றன என்று கூறுவது சரியன்று. ஒருவரிடம் மறைந்துள்ள உளப்பிறழ்வு நிலையைக் கிளரச் செய்யும் காரணிகளாகவே இந்நிகழ்ச்சிகள் அமைகின்றன எனக் கொள்வதே முறை.

உளப்பிறழ்வு பரம்பரையாக வரக்கூடிய ஒன்று. உளப்பிறழ்வு மரபுநிலையினை மட்டுமே சேர்ந்துள்ளதாகப் பலரால் கருதப்படுகிறது. இது ஓரளவு உண்மையே. ஆனால், பெரும்பாலான உளப்பிறழ்வுநிலைகட்கு இது பொருந்தாது. ஒருசில பிறழ்வு நிலைகள் திட்டவட்டமாக மரபுநிலையைச் சார்ந்தே வருகின்றன என்று கூறலாம். வேறு சில உளப்பிறழ்வுகள் மரபுநிலை வழியாக நேராகப் பரவாவிட்டாலும் உளப்பிறழ்விற்கு வழிகாணும் காரணிகளை ஆதரிக்கின்றன. இவை தவிர, சில உளநோய்கள் வளர்ப்பு முறை, வாழும் வகைகளைப் பொறுத்திருக்கின்றன. ஆனால், பொதுவாக உளநோய்கள் மரபுநிலை, சூழ்நிலை ஆகிய இரண்டிற்கும் ஏற்படும் இடைவினையைப் பொறுத்தே ஏற்படுகின்றன என்று பொதுவாகக் கூறமுடியும்.

பிறழ்வுநிலையினனைப்பற்றிய கருத்துகள்

பிறழ்வான உளநிலை கொண்டவன் எள்ளி நகையாடப்படக் கூடியவன். உளப்பிறழ்வு நிலையினன் இருப்பதால் குடும்ப மதிப்பு பாதிக்கப்படுகிறது.

இக் கருத்துகளும் உளநோய்பற்றிய தவறான எண்ணங்களையே பிரதிபலிக்கின்றன. உளநோயாளி உடல் நோயாளியை ஒத்தவனே. உடல் நோயால் பீடிக்கப்பட்டால் எவரும் அதனை அவமானமாகக் கருதுவதில்லை. எள்ளி நகையாடப்படுவதில்லை. உளநோயும் உடல்நோயினைப் போன்ற ஓர் நோயே என்ற உணர்வு ஏற்படுமாயின் இது தவிர்க்கப்பட்டுவிடும். உளப்பிறழ்வுநிலையுள்ள குடும்பத்தில் பெண் எடுத்தலும் கொடுத்தலும் கூடாது.

உளப்பிறழ்வுநிலையினை உளக்கோளாறுகள் என்றும் உள நோய்கள் என்றும் இரு வகையாகப் பிரிக்கலாம். உளக் கோளாறுகள் பெரும்பாலும் சூழ்நிலையின் அடிப்படையிலேயே உண்டாகின்றன. எனவே, இத்தகைய கோளாறுகள் காணப்படும் இல்லங்களில் பெண் எடுப்பதால் தவறில்லை.

உளப்பிறழ்வினனை வைத்திருப்பது அவனது குடும்பத்திற்கு அதிகத் தொல்லையைத் தரும்.

முற்றிய உளக்கோளாறுகளைப் பொறுத்தவரை இது ஓரளவு உண்மையே. ஆனால், பெரும்பாலான—துவக்கநிலையில் உள்ள உளக்கோளாறுகளுக்கு இது பொருந்தாது. இது உடல் நோய்கட்கும் பெரிதும் பொருந்துமன்றோ? மேலும் சமீப காலத்தில்

கண்டுபிடிக்கப்பட்ட மருந்துகளைக் கொண்டு மக்களுக்கும், பொருள்களுக்கும் சேதம் செய்யும் உள நோயாளிகளை அமைதி யாகச் செய்ய இயலும்.

உளநோயினர் அனைவரும் பயங்கரமானவர்கள் ; ஆடையைக் கிழித்துக்கொண்டு சாலையில் அலைபவர்கள்.

ஒருவகையான முற்றிய (Manic) உளநோய்களிலேயே இந்நிலை ஏற்படுகிறது. பல உளக்கோளாறுகளில் இத்தகைய நிலை ஏற்படுவ தில்லை. இதனால்தான் பலரால் உளப்பிறழ்வினரை அறிந்து கொள்ள முடிவதில்லை. உளப்பிறழ்வினரில் பலர் சாதாரண மக்களைப் போன்றே காணப்படுவர். பிறழ்வுநிலை முற்றிய நிலை யிலேயே அவர்களை அறிந்துகொள்ளும் வாய்ப்பேற்படுகிறது. உளநோய்க் கூற்று ஆளுமையினர் (Psychopathic Personality) போன்ற உளநோயினருக்கும் மற்றவர்களுக்கும், வெளித் தோற் றத்திலும் சாதாரண நடத்தையிலும் எவ்வித வேறுபாடும் காணப்படுவதில்லை.

சிகிச்சைபற்றிய கருத்துகள்

எல்லா மருத்துவர்களாலும் உளப்பிறழ்விற்குச் சிகிச்சை செய்ய இயலும். உடல்நோய்கள்பற்றிக் கற்ற உடல் மருத்துவர்கள் உளப் பிறழ்வுநிலையைக் குணமாக்க இயலாது. உளப்பிறழ்வுநிலை உள்ளத்தினைச் சார்ந்து எழும் ஒன்று. உளமருத்துவத் துறையில் நன்கு பயின்ற உளமருத்துவரால்தான் உளப்பிறழ்வினைக் குணப் படுத்துதல் கூடும். சில உளப்பிறழ்வு நிலைகளை உளவியலாரும் குணப்படுத்துதல் இயலும். ஆனால், பெரும்பாலும் உளமருத்துவ மனைகளில் உளமருத்துவரும் உளவியலாரும், உடல் மருத்துவரும் கூடிய குழுவே உளப்பிறழ்வினைக் குணப்படுத்த முயல்கிறது. இக் குழுவினை நாடுவதே உளப்பிறழ்வினைக் குணப்படுத்துதற் குரிய சிறந்த முறை.

உளப்பிறழ்விற்கு மருத்துவம் செய்ய இயலாது. உளப்பிறழ்வு நிலை தானாகக் காலப்போக்கில் குணமாகிவிடும்.

மிக அரிதாகவே, அதுவும் மிகச் சில உளப்பிறழ்வுநிலைகள் தாமாகக் குணமாகிவிடுதல் உண்டு. ஆனால், பொதுவாகப் பெரு வாரியான உளப்பிறழ்வுநிலைகள் உள மருத்துவம் மூலம்தான் குணமாகின்றன. வேறு வழிகளால் மருத்துவம் செய்யப்பட்ட பிறழ்வான உளநிலைகள் குனமாகிவிட்டதுபோல் தோன்றுதல் உண்டு ; அதாவது பிறழ்வினால் ஏற்படும் தொல்லைகள் ஓரளவு

குறைவதுண்டு. ஆனால், இதனைக் குணமாகிவிட்டது என்று கொள்வது ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடியதன்று. உள மருத்துவமனைகளில் உள மருத்துவத்தில் தேர்ந்த உள மருத்துவராலேயே உளப் பிறழ்வுநிலையை முற்றிலும் குணமாக்க இயலும்.

உளப்பிறழ்விற்கு நம் நாட்டில் மருத்துவ வசதி யில்லை. உளப் பிறழ்விற்கு மருத்துவம் செய்ய இயலும் என்று கருதுவோர் சில ரிடம்கூட இக் கருத்துக் காணப்படுகிறது. இது பெருந்தவறு. நம் நாட்டில் ஒவ்வொரு மாநிலத்திலும் உளநோய் மருத்துவமனை கள் காணப்படுகின்றன. எனவே, உளப்பிறழ்விற்கு நம் நாட்டில் மருத்துவ வாய்ப்புகள் உள்ளன என்று கூறலாம்.

அருவிகளில் குளிப்பதால் உளப்பிறழ்வுநிலை குணமாகிவிடும். குற்றாலம் போன்ற இடங்களில் உளப்பிறழ்வினனை வைத் திருப்பதால், உளநோய் குணமாகிவிடும் என்பன போன்ற கருத்து களுக்கு ஆதாரமான உளவியல் உண்மையெதுவும் காணப்படுவ தில்லை. அருவிகளுக்கும், அதுபோன்ற இடங்களுக்கும் உளப் பிறழ்வினனைக் கூட்டிச் செல்வதனாலேயே நோயினின்றும் விடுபடு வான் என்பது தவறு. ஒருவேளை சிலர் அவ்விடங்களில் குணமடைய லாம். அவ்வாறு நிவர்த்தி பெறுபவர்கள் வேறு எந்தச் சூழ்நிலை யிலும் குணம் பெறுவார்கள். உரிய முறையில் உள மருத்துவ மனைக்கு உளப்பிறழ்வினனை அழைத்துச் சென்று மருத்துவம் செய் வதே உளப்பிறழ்வு நிலையைத் தவிர்ப்பதற்கான அறிவியல் முறை யாகும்.

உளப்பிறழ்வு குணமடைய அதிக காலம் தேவைப்படும் : வருடக் கணக்கில் மருத்துவம் செய்தாலன்றி உளப்பிறழ்வுநிலை குணமாவது இயலாது.

உளமருத்துவ காலத்தைக் குறித்து நாம் திட்டவட்டமாகக் கூற இயலாது. மருத்துவ காலம் உளப்பிறழ்வின் தன்மையையும் உளப்பிறழ்வினனின் ஆளுமையையும் பொறுத்தது. எனவே, எல்லா உளப்பிறழ்வு நிலைகளுக்குமே நீண்ட காலச் சிகிச்சை தேவையெனப் பொதுவாகக் கூறுவது தவறு. உளப்பிறழ்வு துவக்க நிலையில் இருப்பின் நிவர்த்திப்பது ஓரளவுக்கு எளிது.

உளப்பிறழ்வினனைக் குடும்பத்திலிருந்து மருத்துவமனைக்கு அப்புறப்படுத்திவிட வேண்டும்.

இக் கருத்தில் சிறிதளவே உண்மை காணப்படுகிறது. முற்றிய நிலையினை அடைந்த ஒருசில உளநோயினர் தங்கள் உணர்வற்ற

நிலையில் சமூக எதிர்ச் செயல்களில் ஈடுபடுவதுண்டு. இத்தகை யோரையே நாம் சமூகத்தினின்றும் அப்புறப்படுத்த வேண்டிய அவசியம் ஏற்படுகிறது. ஏனைய பல உளக் கோளாற்றினர் சமூகத் திற்குத் தீங்கு விளைவிப்பதில்லை. எனவே, இவர்களைச் சமூகத்தி னின்றும் அப்புறப்படுத்த வேண்டிய தேவையே இல்லை. பொது வாக உளநோய் கொண்டவரை உள மருத்துவமனைகளில் வைத் திருப்பது பல வகைகளில் சிறந்ததாகும். இத் துறையில் தேர்ச்சி பெற்றவர்கள் உதவி எப்பொழுதும் அவர்களுக்குக் கிடைக்கு மல்லவா ?

உளப்பிறழ்வுநிலைக்கான காரணங்கள்

உளநோய்க் காரணங்களை இரண்டு வகைகளாகப் பிரிக் கலாம். 1. தோற்றக் காரணிகள் அல்லது கிளர்ச்சிக் காரணிகள் (Excitatory Causes), படிந்துவரும் காரணிகள் (Precipitating Causes). சாதாரணமாக உளநோய் ஏற்படுகிற சமயத்தில் வெளிப்படையாகத் தோன்றும் நிகழ்ச்சிகளே உளநோய்க்கான காரணமாகக் கருதப்படுகின்றன. இத்தகைய காரணங்களையே வெளித்தோற்றக் காரணங்கள் என்று குறிப்பிடலாம். இவ் வெளித்தோற்றக் காரணங்களே அடிப்படைக் காரணங்களாகக் கொள்ளப்படுகின்றன. தோற்றக் காரணங்கள் மட்டுமே உள நோயைத் தோற்றுவிக்கும் வலிமை கொண்டவை அல்ல. உள நோய் வெளியே தோன்றுவதற்குப் பொறுப்பாகும் பல வாய்ப்பு களில் சிலவாகவே இத் தோற்றக் காரணங்கள் காணப்படுகின்றன.

மரபுநிலையடிப்படையில் தவறான ஜீன் அமைப்புப் பெற்ற ஒருவன் உளநோய்க்குரிய வாய்ப்புக் கொண்டவனாக உள்ளான். தவறான ஜீன்கள் கொண்ட நிலையிலேயே உளநோய் தோன்றி விடுவதில்லை. இச் சூழ்நிலையில் அவன் வளரும்போது ஏற்படும் ஒவ்வொரு பாதகமான சூழ்நிலையும், நோய் வருவதற்கான வாய்ப் பினைப் பெருக்குகின்றது. இத்தகைய வாய்ப்புகள் கொஞ்சங் கொஞ்சமாகப் படிந்துவந்து இறுதியில் உளநோயாக உருவாகிறது.

உளநோய்க்கான ஜீன் அமைப்புப் பெற்றவர்கூட வாழ்நாள் முழுவதும் நல்ல சூழ்நிலைகளிலேயே வாழ்ந்து வருவாராயின், உளநோய்க்கே ஆளாகாமல் தப்பிவிடக்கூடும். மாறாக மிக நல்ல ஜீன் அமைப்புப் பெற்றவர்கூட பாதகமான சூழ்நிலையிலேயே வாழ்ந்துவர நேரிட்டால், இறுதியில் உளநோய்க்கு ஆளாகிவிட லாம். எந்த ஓர் உளநோய்க்கும் நாம் ஒரே ஒரு காரணத்தைக் காண இயலாது. எந்த ஒரு தனிக் காரணத்தினாலும் உளநோய்

ஏற்படுவதில்லை. உளநோய்க்கு மரபுநிலை, சூழ்நிலை ஆகு இரண்டுமே அடிப்படையாக அமைகின்றன.

அறிவீனம், மற்றும் உளத்திறன் பற்றுக்குறையினைச் சார்ந்த பல உளநோய்கள் பெரும்பாலும் மரபுநிலையை ஒட்டியே ஏற்படுகின்றன. இத்தகைய நோய்கள் ஜீனில் (Gene) காணப்படும் குறைபாடுகளின் காரணமாக உண்டாகின்றன. இத்தகைய உளநோய்கள் மரபியல் அடிப்படையில் எழுவதால் முற்றிலும் குணப்படுத்தக்கூடியவை அல்ல. மிகவும் முயன்றாலும் ஓரளவே இவர்களை முன்னேற்ற இயலுகிறது. க்ளூடோனிக் அமிலம் மூலம் செய்யப்படும் மருத்துவம் (Glutonic Acid Treatment) இவ்வித முயற்சிகளில் ஒன்று. உள மருத்துவ முறைகளால் இத்தகையோர் ஓரளவு வேலைகளைச் செய்யவும் தங்களைத் தாங்களே சார்ந்து வாழவும் பயிற்றுவிக்கப்படலாம்.

ஒருசில உளநோய்களுக்குச் சூழ்நிலையே பெரிதும் காரணமாக அமைகின்றது. சூழ்நிலையில் அடுத்து அடுத்து ஏற்படும் பாதகமான அழுத்தங்களின்விளைவாகப் பலர் தங்கள் வாழ்வின் பிற்பகுதியில் உளக்கோளாறுகட்கு ஆளாவதுண்டு. பல உளக்கோளாறுகள் குழந்தைப் பருவச் சூழ்நிலையின் காரணமாகவே ஏற்படுகின்றன. சிதறிய குடும்பங்களினின்று (Broken Home) வரும் சிறுவர்களில் பெரும்பாலோர் இளங் குற்றவாளிகளாக மாறுவது உண்டு.

பொதுவாக எல்லா உளநோய்களிலுமே இந்த இரண்டும் பங்கு பெறுகின்றன. குறைபாடுடைய மரபும், பாதகமான சூழ்நிலையும் இணைந்து நிற்கும் நிலையிலேயே உளநோய் உண்டாகிறது. நீறுபூத்த நெருப்பாக நோய்க்கூறுடைய ஜீன் அமைப்பைப் பெற்றவர் வாழ்கிறார். சூழ்நிலை என்னும் காற்று அவர்மீது வீசும் நிலையிலேயே நீறு கலைந்து நெருப்பு என்னும் உளநோய் வெளித் தோன்றுகிறது. சூழ்நிலைக் காற்றே அடிக்காமல் இருந்துவிடுமாயின் உளநோய் வெளியே தோன்றவே வாய்ப்பில்லையல்லவா?

ஆய்வுகளில் சில

உளநோய், உளக்கோளாறு இவைகளுக்கான காரணங்களைப் பெருவாரியான ஆராய்ச்சிகள் வாயிலாக நம் நாட்டில் கண்டதில்லை. அவ்வாறான ஆராய்ச்சிகள் மிக அவசியம். ஏனெனில், உளக்கோளாறுகள் சமூகச் சூழ்நிலை, அதன் பண்பாடு இவைகளின் காரணமாக உண்டாகின்றன. சென்ற உலக மகா யுத்தத்தில்

அமெரிக்க நாட்டில் பேரனுய்ட் (Paranoid) என்னும்உளக்கோளாறி ஞல் பீடிக்கப்பட்டவர்களது அறிகுறிகள் நாஜி ஜெர்மனியர்களைப் பற்றிய பொய்த் தோற்றமாகவும் (hallucinations) பொய் எண்ண மாகவும் (delusions) இருந்தன. சமீப காலத்தில் இரஷ்யப் பொது உடைமையினர்களைச் சார்ந்து இருந்தன. தற்போது சீனர்களைச் சார்ந்து இருக்கின்றன. ஆனல், நம் நாட்டிலுள்ளவர்கள் 'சூன்யம்', 'பேய்' போன்ற கற்பனைக் காட்சிகளிலும், எண்ணங்களிலும் நம்பிக்கை கொண்டவர்களாக உள்ளனர். ஆனல், உளக்கோளாறு உள நோய்களுக்கான அடிப்படை விதிகளைப் பொறுத்தவரை ஒரு நாட்டு மக்களுக்கும் மற்றொரு நாட்டு மக்களுக்கும் வேறுபாடு இருப்பதில்லை. எனவே, அவ் விதிகளை ஆராயும்பொருட்டு லாங் கனரும் (Langner) மைக்கேலும் (Michael) வாழ்க்கை நெருக்கடி, வாழ்வின் பளு ஆகியவற்றை மூலமாகக்கொண்டு ஆராய்ச்சி நடத் திஞர்கள். இவர்களுக்குத் துணைபாக உளமருத்துவம், சமூகவியல், மனிதவியல், உளமருத்துவ சமூகப் பணி, மருத்துவ உளவியல் போன்ற பல துறைகளையும் சேர்ந்த அறிஞர்கள் உதவிபுரிந்தனர். அமெரிக்காவிலுள்ள நடுநகரம் என்ற தொழில் நகரம் ஒன்றை ஆராய்ச்சிக்குரிய இடமாகத் தேர்ந்தெடுத்தனர். இந்த ஆய்வில் ஆயிரத்துக்கு மேற்பட்டவர் பங்கெடுத்துக் கொண்டனர். இவர் கள் பலதரப்பட்ட சமூகப் பொருளாதார நிலையைச் சேர்ந்தவர்கள். வெவ்வேறுன மதங்களைச் சார்ந்தவர்கள். கிராம நகர்ப்புறங்களி லிருந்து வந்து குடியிருந்தனர். நல்ல நிலையில் இருந்தவர், இல்லா தவர், மணமானவர், ஆகாதவர், குழந்தைகள் பெற்றவர், பெரு தவர் எனப் பல வகையினராக இருந்தனர். எனவே, இவர்களைக் கொண்டு ஆராய்ச்சி செய்து கண்ட உண்மைகள் பெரும்பாலும் அனைவருக்கும் பொருத்தமாக இருக்கலாம்.

அவர்களது ஆராய்ச்சி முடிவுகள்

நடுநகரின் $\frac{1}{5}$ பகுதியினர் நல்ல உளநலம் கொண்டிருக்கின்ற னர். $\frac{3}{5}$ பகுதியினர் ஓரளவு உளக்கோளாறு கொண்டிருக்கின்ற னர். $\frac{1}{4}$ பகுதியினர் முற்றிய உளக்கோளாறு கொண்டவர்களாக இருக்கின்றனர். வயது ஆகஆக உளக்கோளாறுகளும் அதிகரிக் கின்றன. இருபதாம் வயதில் 15·3% பழுதடைந்தவர்களாக இருக் கின்றனர். 23·2% முப்பது நாற்பது வயதினரும், 30·8% ஐம்பது வயதினரும் உளநலம் குன்றியவராக இருக்கின்றனர். ஆண்களுக் கும், பெண்களுக்கும் ஒரே மாதிரியாகவே உளநலம் பாதிக்கப்படு கின்றது. ஒரு குறிப்பிட்ட பாலினரே அதிகமாக உளக்கோளாறு களுக்கு ஆளாகின்றனர் என்பதில்லை. திருமணம் ஆகாத ஆண்கள் திருமணம் ஆகாத பெண்களைவிட அதிகமாக உளநலம் பாதிக்கப்

பட்டவர்களாகக் காணப்படுகின்றனர். இவர்களைவிட, திருமண முறிவு பெற்றவர்களும் கைவிடப்பட்டவர்களும் அதிகமாக உள நலம் பாதிக்கப்பட்டவர்களாக இருக்கின்றனர். அன்றியும் திருமணத்தினால் ஏற்படும் பல பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகளின் காரணமாக உளநலம் பாதிக்கப்படலாம். வேறுபல பிரச்சினைகளின் காரணமாக உளநலம் பாதிக்கப்படலாம். அதேபோல் ஒருவரது உளநிலை அவரது திருமண நிலையைப் பாதிப்பதும் உண்டு. ஒருவர் திருமணமே செய்துகொள்ளாதிருக்கலாம். இன்னொருவர் திருமண முறிவு பெற விழையலாம். எனவே, திருமணநிலை (Marital Status) ஒருவரது உளநலத்தை பாதிக்கும் காரணமாகவும், விளைவாகவும் அமைகின்றது.

பெற்றோரின் சமூகப் பொருளாதார நிலை குறையக்குறைய உளக்கோளாறுகள் அதிகரித்துவருகின்றன. உளக்கோளாறுகள் மேல்நிலை சமூகப் பொருளாதார நிலையினரிடம் காணப்படுவதை விட இரு மடங்கு கீழ்நிலை சமூகப் பொருளாதார நிலையினரிடம் காணப்படுகின்றன.

பெற்றோரின் தொழில் நிலையைக் காட்டிலும் உயர்ந்த நிலையை அடைவோர் மிக நல்ல உளநலம் பெற்றவர்களாக இருக்கின்றனர். பெற்றோரின் தொழில் நிலையினையே அடைவோர் ஓரளவு உளநலம் உடையவர்களாகவும், பெற்றோரின் தொழில் நிலையை விடக் கீழான நிலையை அடைவோர் உளநலம் குறைந்தவர்களாகவும் இருக்கின்றனர்.

எல்லா மதத்தைச் சேர்ந்தவர்களுக்கும் ஒரே மாதிரியாகவே உளநோய்கள் ஏற்படுகின்றன. ஆனால், பெற்றோரின் மத நம்பிக்கைக்கும் குழந்தைகளின் உளநலத்திற்கும் ஓரளவு தொடர்பு காணப்படுகிறது. 'மதம் கொஞ்சமும் முக்கியமற்றது' என்ற கருத்தினைக் கொண்டோரது குழந்தைகள் உளநலம் பெரிதும் பழுதுபட்டவராக இருக்கின்றனர். 'மதம் ஓரளவு முக்கியமானது' என்று கருதுவோரது குழந்தைகளே உளநலம் மிக்கவர்களாக உள்ளனர். 'மதம் மிகமிக முக்கியமானது' எனக் கருதுவோரது குழந்தைகளின் உளநலம் மேற்கூறிய இரு வகையினருக்கும் இடைப்பட்ட நிலையாகக் காணப்படுகிறது.

உளநலத்தைப் பொறுத்தவரை கிராம, நகர வேறுபாடுகள் காணப்படுவதில்லை. கிராமத்தினின்று வந்தோரது உளநலமும், நகரத்திலேயே வாழ்ந்தோரது உளநலமும் ஒரேமாதிரியாகக் காணப்படுகிறது.

பண்புக் கோளாறுகளும் (character disorders) உளநோய்களும் கீழ்நிலை சமூகப் பொருளாதார நிலையினரிடம் அதிகமாகக் காணப்படுகின்றன. உளக்கோளாறு உயர் சமூகப் பொருளாதார நிலையினரிடம் அதிகமாகக் காணப்படுகின்றது.

மேற்கூறிய உண்மைகளெல்லாம் ஆய்வாளர்கள் வீட்டிற்கு வீடு சென்று பெற்ற விவரங்களாகும். இவ்வாய்வில் நடுநகரின் உள மருந்தகங்களில் பெற்ற புள்ளிவிவரங்களும் சேகரிக்கப் பட்டன. இப் புள்ளிவிவரங்களைப் பகுத்துப் பிரித்து ஆராய்ந்ததில் கீழ்க்கண்ட முடிவுகள் பெறப்பட்டன.

மருந்தகங்களில் சிகிச்சை பெறுவோர், சிகிச்சை பெருத உளநலம் குன்றியாரினின்றும் பெருமளவு வேறுபட்டுக் காணப் படுகின்றனர். இளம் தலைமுறையைச் சேர்ந்தவர்களாக உள்ளனர். மருத்துவர், உள மருத்துவர் ஆகியோர்பற்றி உடன்பாடான நோக்குகள் கொண்டுள்ளனர். அன்றியும் இவர்கள் கல்வி அறிவு மிகுந்தவர்களாகவும் காணப்படுகின்றனர். உளநோய்க்கூறு ஆளுமையினரும் (psychopathic personality) சமூக எதிர்ச் செய லினரும் (anti social personality) போலீஸ்காரர்களால் பிடிபடும் வேளைகளிலேயே உளமருத்துவத்திற்கு உடன்படுகின்றனர்.

பெற்றேரின் குன்றிய உளநலம், பெற்றேரின் குன்றிய உடல் நலம், குழந்தைப் பருவ பொருளாதார வறுமை நிலை, குழந்தைப் பருவத்தில் குன்றிய உடல்நலம், குழந்தைப் பருவத்தில் சிதறுண்ட குடும்ப ஒற்றுமை, பெற்றேரைத் தவருகப் புரிந்துகொள்ளல், பெற்றேருடன் கொண்ட சச்சரவுகள், கருத்து வேறுபாடுகள் ஆகியவை உளநலத்தை பாதிக்கின்றன. மேலும் இளைஞரான பின்பு உளநலத்தை ஒருசில காரணிகள் பாதிப்பதாக ஆய்வு முடிவுகள் எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. குன்றிய உடல்நலம், அலுவல்பற்றிய கவலைகள், திருமணம்பற்றிய கவலைகள், தங்கள் குழந்தைகள்பற்றிய கவலைகள் போன்றவை உடல்நலத்தை பாதிக்கும் உள அழுத்தக் காரணிகளாகின்றன.

மேலே விவரிக்கப்பட்ட ஆராய்ச்சி உண்மைகள் உளநோய், உளக்கோளாறுகளுக்கான பொதுவான காரணிகளை எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. எவ்வெவ் வகையான மக்கள் உளநலக் குறை விஞல் பாதிக்கப்படுகிருர்கள் என்பது போன்ற உண்மைகள் உளநல இயக்கத்தை நம் நாட்டில் தொடங்குவதற்கான திசையை காட்டுகின்றன எனலாம்.

3. நாளமில்லாச் சுரப்பிகள்

ஒருவன் நெடுநாள்கள் உடல் நோய்வாய்ப்பட்டிருந்தால் அவனது ஆளுமை பாதிக்கப்படுகிறது. பல நாள்கள் ஒருவன் சுரத்திலிருந்தால் அவனது மூளை இயக்கம் தடைப்படுகிறது. அதன் காரணம் சில மயக்கச் சத்துகள் உடலில் உற்பத்தி செய்யப்படுவதே ஆகும். ஆளுமையில் மாறுதல்கள் ஏற்படுத்தும் உடல் நோய்கள் பல. சான்றாக 'என்கஃபலைடிஸ் (Encephalitis) என்னும் நோயை எடுத்துக்கொள்வோம். இந்த நோய் மூளை வீக்கத்தை உண்டாக்குகிறது. இது பெரும்பாலும் சிறுவர்களிடம் உண்டாவதன் காரணமாக, அவர்களிடம் பிறழ்வான மெய்ப்பாட்டு நிலையையும், நுண்ணறிவு வளர்ச்சித் தடையையும் ஏற்படுத்துகின்றது. இந்த நோய்வாய்ப்படுபவர்கள் சிலர் கட்டுக் கடங்காத நடத்தையில் ஈடுபட்டுக் குற்றவாளிகளாக ஆவதும் உண்டு.

நாளமில்லாச் சுரப்பிகளும் ஆளுமையும்

நாளமில்லாச் சுரப்பிகளுக்கும் ஆளுமைக்கும் பெருத்த தொடர்பு உண்டு எனச்சமீப காலத்தில்தான் கண்டறியப்பட்டது. நாளமில்லாச் சுரப்பிகள் ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட (ஆங்கிலத்தில்) 'ஹார்மோன்' (harmone) எனும் சத்துகளை உடலைச் சுற்றி ஓடிக் கொண்டிருக்கும் இரத்தத்தில் செலுத்துகின்றன. இந்தச் சத்துகள் உடலின் பல பகுதிகளுக்கும் எடுத்துச் செல்லப்படுகின்றன. 'ஹார்மோன்கள்' உடலுறுப்புகளின் இயக்கத்தை அதிகரிக்கவோ அல்லது குறைபடுத்தவோ செய்கின்றன. ஆனால், எல்லாச் சுரப்பிகளும் தம் சத்துகளை இரத்தத்தில் கலப்பது இல்லை. சான்றாக, 'பான்கிரியாஸ்' (pancreas) எனும் சுரப்பி, அதன் சத்துகளைச் சீரணத்திற்குக் காரணமான குடலில் நேராகக் கலக்கிறது. ஆனால், அதே 'பான்கிரியாஸ்' 'இன்சுலின்' (insulin) எனும் சத்தினை உற்பத்தி செய்து இரத்தத்தில் கலக்கிறது. அவ்வாறு

செலுத்தாவிட்டால் 'டயபடிஸ்' (Diabetes) எனும் நோய் உடலில் ஏற்படுகிறது. 'இன்சுலின்' உடலில் உற்பத்தி செய்யப்படும் சர்க் கரையைப் பிராணவாயுவாக மாற்றி உடலியக்கத்திற்கு உதவு கிறது. அவ்வாறு சர்க்கரை பிராணவாயுவாக மாற்றப்படாமல் போனால், அது இரத்தத்தில் அதிகப்பட்டு சிறுநீரகம் (Kidneys) வழியாக, முடிவில் வெளியேற்றப்படுகிறது. இதன் காரணமாக ஆளுமையில் பல மாறுதல்கள் ஏற்படுகின்றன.

நெஞ்சுப் பெருஞ்சுரப்பி (Thyroid gland)

நெஞ்சுப் பெருஞ்சுரப்பி கழுத்துக்கு அடியில் உள்ளது. தடவிப் பார்த்தால் அது மேலே எழும்பி இருப்பதைக் காணலாம். பொது வாக அது நிறையில் ஓர் அவுன்சுக்கும் குறைவானது. ஆனால், இதற்குச் சேதம் ஏற்பட்டால் ஒருவனிடம் விறுவிறுப்புக் குறைந்து அவன் ஒவ்வொரு செயலிலும் மிகவும் மெதுவாகவே ஈடுபடு கிறான். இந்த நிலைக்கு 'மிக்ஸிடிமா' (Myxoedema) எனப் பெயர். உடலிலும் பல மாறுதல்கள் ஏற்படுகின்றன. அதாவது தோல் மிருதுவாகப் பஞ்சு போல் ஆகிவிடும். தசைகள் (muscles) இயக்கங்களிலும் மூளையின் இயக்கங்களிலும் குறைவு ஏற்படு கிறது. மனிதன் அறிவீனன் (Feebleminded) போல நடந்து கொள்ளத் தொடங்குகிறான். தைராய்ட் சுரப்பி வெளியிடும் சத்து 'தைராக்ஸின்' (Thyroxin) எனப்படும். தைராக்ஸினின் முக்கியச் சத்து 'ஐயோடினாகும்' (Iodine). தைராக்ஸினது முக் கிய வேலை உடலின் இயக்கத்திற்குக் காரணமான இரசாயன உற்பத்தி, பிராணவாயு உற்பத்தி இவைகளைச் சமநிலையில் வைப் பது. ஒருவனிடம் தைராய்ட் சுரப்பி அதிகம் வேலை செய்ய ஆரம்பித்தால், அவன் எளிதில் முன்கோபமடைபவனாகவும், கவலையில் ஆழ்ந்துவிடுபவனாகவும், பிறழ்வான மெய்ப்பாடு நிலை உடையவனாகவும், அதிக விறுவிறுப்பு உடையவனாகவும் காணப் படுவான். அவனுடைய உடலும் வெகு வேகமாக வளர ஆரம்பிக்கிறது.

அட்ரினல் சுரப்பி

அட்ரினல் சுரப்பி (Adrenal gland) சிறுநீரகத்துக்கு மேலே உள்ளது. இந்தச் சுரப்பி 'புறணி' (cortex), 'மெடுல்லா' (medulla) என இரு பகுதிகளை உடையது. புறணியினின்றும் வெளிப்படும் சத்துக்குக் கார்ட்டின் (cortin) என்றும், மெடுல்லாவினின்றும் வெளிப்படும் சத்துக்கு ஆட்ரினின் (adrenin) எனவும் பெயர். 'கார்ட்டின்' சத்து உடல் தசைகளின் வலிவுக்கும், இயக்கத்திற்கும்,

பாலியக்கத்திற்கும் இன்றியமையாதவை. காச நோயின் காரண மாக இப் பகுதிக்குச் சேதம் ஏற்படுவதும் உண்டு. இதற்கு 'அடிசன் நோய்' (Addisons Disease) எனப் பெயர். இந்த நோயின் அறி குறிகள் உடல் வலுவின்மை, பாலில் விருப்பமின்மை, உயிர்ப் பொருள் இரசாயன மாற்றலில் (metabolism) குறை, உடல் தோல் கருமை ஆதல், தட்பவெப்பநிலையைத் தாங்க இயலாமை, தூக்கமின்மை (Insomnia) போன்றவைகள் முக்கியமாகும். இந்த நோயின் காரணமாக நடத்தையிலும் பெருத்த மாறுதல்கள் ஏற்படும். அம் மாறுதல்களில் முக்கியமானவை, எளிதில் சினமடை தல், சூழ்நிலைப் பொருள்களின்மேல் அருவெப்புக் கொள்ளுதல், பிறரோடு ஒத்துழைக்க இயலாமை போன்றவை ஆகும்.

பாலணுச் சுரப்பி (Gonads)

பாலணுச் சுரப்பி மனிதனின் உள்ளத்திலும் உடலி லும் பெரும் மாறுதல்களை ஏற்படுத்தும் ஒரு சுரப்பியாகும். இதில் உண்டாகும் சத்துகள் முதனிலை பாலறி குறிகளுக்கும் (primary sexual characteristics) இன வளர்ச்சிக்கும் முக்கியமான விதைச் சாற்றை (spermatozoa) ஆணிலும், சினையைப் (ovum) பெண்ணிலும் உண்டாக்குகின்றன. இவை தவிர மற்றச் சத்து களை வெளியிட்டு வந்தாலும், இவைகளின் வலிவு இளம் பருவங் களில் உடலிலும் உள்ளத்திலும் பல மாறுதல்கள் உண்டாக்கு கின்றன. அம் மாறுதல்களில் முக்கியமானவை உடனிலைப் பாலறி குறிகள் ஆகும். பெண்கள் உடலில் உற்பத்தியாகும் சினை, அவர் களிடம் ஏற்படும் மாதவிடாய் (menstrual or estral cycle), கருத்தரித்தல் முதலியவைகளுக்குப் பாலணுவிலிருந்து வெளிப் படும் சத்துகளே பெரும்பாலும் காரணமாகும். பாலணுச் சுரப்பி குழந்தைப் பருவத்திலிருந்தே வேலை செய்கிறது. அவ் வாறு வேலை செய்யாவிட்டால், இரு பாலர்களும் அவர்களுக் குரிய இயல்புகள் அற்று வளர்கிறார்கள். இது போன்றவர்களை அலிகள் (Eunuchs) என்று கூறுவார்கள். பாலணுச் சத்துகள் குமரப் பருவத்திலே ஆண்கள் பெண்கள்பாலும், பெண்கள் ஆண்கள்பாலும் இச்சையைத் தூண்டுகின்றன. இச் சத்து களின் உற்பத்தி வேண்டிய அளவுக்குக் குறைந்தால், ஒரு பாலார் மற்றொரு பாலாரிடம் கொள்ளும் இச்சை குறைகிறது. இவை அதிகப்பட்டாலோ, மனிதர்கள் 'காம வேட்கை' அதிகம் உடைய வர்கள் ஆகிறார்கள்.

அடிமூளைச் சுரப்பி (Pituitory gland)

இச் சுரப்பி மூளையோடு நேராகப் பிணைக்கப்பட்டுள்ளது. இதினின்றும் வெளிப்படும் சத்துகள் நெஞ்சுப் பெருஞ்சுரப்பி

குண்டிக்காய்ச் சுரப்பி, பாலணுச் சுரப்பி முதலியவைகள் சிறந்த முறையில் இயங்குவதற்கு உதவுகின்றன. இச் சுரப்பியின் வெளிப் பகுதியில் உற்பத்தியாகும் சத்துகள் உடல் வளர்ச்சிக்குப் பெரிதும் உதவுகின்றன. இந்தச் சுரப்பி குழந்தைப் பருவத்தில் அதிகம் வேலை செய்தால், தசைகளும் எலும்புகளும் விரைவாகவும் அளவில் பெரிதாகவும் வளர்ச்சி பெற ஆரம்பிக்கின்றன. மனிதர்களில் சிலர் ஏழு அடி எட்டு அடி எனப் பிறழ்வான உயரம் வளர் வதற்குக் காரணம் அடிமூளைச் சுரப்பி பிறழ்வான நிலையில் இயங்குவதனுலாகும். இவ்வாறு விரைவாக வளர்ச்சி பெறுபவர் கள், தங்களது வலிவை விரைவாக இழப்பது உண்டு. அடி மூளைச் சுரப்பி குழந்தைப் பருவத்திலிருந்து செயலாற்ருவிடின், மனிதன் வளர்ச்சி பெறுமல் குறுகிய வடிவத்தை (Midget) அடை கிருன். சில சமயங்களில் இச் சுரப்பி குழந்தைப் பருவத்திலும் இளமைப் பருவத்திலும் இயல்பான முறையில் வேலை செய்து முதிர்ச்சிப் பருவத்தில் விரைவாக வேலை செய்தால், மனிதன் உயரம் வளராவிட்டாலும் அவனுடைய கைகால்களிலுள்ள எலும்புகளும் தசைகளும் பெருக ஆரம்பிக்கின்றன. ஆகவே, மூக்கு, முகவாய்க்கட்டை, பாதங்கள் முதலியவை அளவில் பெரியவை ஆகின்றன.

அடிமூளைச் சுரப்பியினின்று வெளிப்படும் சத்துகள் நெஞ்சுப் பெருஞ் சுரப்பி,; குண்டிக்காய்ச் சுரப்பி, பாலணுச் சுரப்பி முதலிய வைகள் சிறந்த முறையில் இயங்குவதற்கு உதவுவதால் இதைத் தலைமைச் சுரப்பி (master gland) என்று கூறுவர். இச் சுரப்பி இயல்பாக இயங்கிஞல் அது மற்றச் சுரப்பிகளைத் தூண்டி ஒருவ னிடத்துச் சுறுசுறுப்பும், சிந்தனையில் தெளிவும், தீர்மானத்தில் (Judgment) உறுதியையும் உண்டாக்குகின்றன. இந்தச் சுரப்பி ஏதோ கோளாறிஞல் இயல்பாக இயங்காவிடின் ஒருவன் வலி வற்றுப் போகிருன் ; எளிதாக அதைரியம் அடைகிருன் ; எளிதில் அழுதுவிடவும் செய்கிருன். இவைகளோடு இச் சுரப்பி மற்றச் சுரப்பிகளோடு இயைந்து செயலாற்றும் போக்கையும் இழக்கிறது. அதனுல் மற்றச் சுரப்பிகளின் இயக்கமும் பாதிக்கப்படுகின்றது.

4. மெய்ப்பாடு

மெய்ப்பாடு (Emotion)

மனிதனுக்கு ஓரளவு இன்றியமையாதது மெய்ப்பாடு. ஒருவனிடம் மெய்ப்பாடு மிகுதியானல் உடலின் பல பகுதிகளில் பெருத்த மாறுதல்கள் ஏற்படுகின்றன. மெய்ப்பாடுகள் சிலவற்றின் வயப்பட்டால், ஒருவன் தனது அறிவுத்திறன், உடல் வலிவு முதலியவைகளைத் தற்காலிகமாக இழப்பது உண்டு. ஆனல், ஒருசில மெய்ப்பாடுகள் உடலுக்கு மிக்க வன்மையை ஊட்டுவதும் உண்டு. பொதுவாக ஒருவனிடம் அவனது மெய்ப்பாடுகளின் செறிவு, காலம், அளவு இவைகள் மிதப்பட்டால் அவைகள் அவனது உடல் - உள்ளக் கோளாறுகளைக் குறிக்கும் அறிகுறிகளாக (symptoms) அமையும்.

மெய்ப்பாடும் உடலும்

உடல் உணர்வுகள் தூண்டப்படுவதால் ஏற்படும் உடல் நிலையே மெய்ப்பாடு எனப் பொதுவாகக் கூறுவார்கள். ஒருவனிடம் மெய்ப்பாடு ஏற்பட்டால் உடலில் உள்ள உறுப்புகளில் மாறுதல்கள் ஏற்படுகின்றன. மெய்ப்பாடு நிலையில் சீரண உறுப்புகளான வயிறு, குடல்கள், மற்றும் உடலின் உட்புறப் பகுதிகள் ஆகியவை மிகவும் சுருங்கத் தொடங்குகின்றன. ஆனல், உடலின் வெளிப்புறப் பகுதிகளின் தசைகளுக்குச் செல்லும் இரத்தக் குழாய்கள் பெரிதாக, அதனல் அதிக இரத்தம் இப் பகுதிகளுக்குப் பாய்கிறது. இவ்வகையாக உடலில் பாயும் இரத்தத்தின் பெரும் பகுதி தசைகளுக்குப் பாய அவ்வுறுப்புகள் விரைவாக இயங்குவதற்குரிய நிலையை எய்துகின்றன. இதோடு இருதயத்தினின்றும் எழும் துடிப்புகள் வேகமாகவும் அழுத்தமாகவும் இயங்குகின்றன. இது இரத்த ஓட்டம் மிகுதிப்படுவதற்கும் நாடியின் துடிப்பு மிகுதியாவதற்கும் காரணமாகிறது. அதனல் தசைகளுக்கு மிகுதியான இரத்தம் பாய்கிறது.

மெய்ப்பாட்டு நிலையில் இரத்த ஓட்டத்தில் மாறுதல் ஏற்படுகிறது என்று கண்டோம். இம் மாறுதலோடு உடலில் மற்றும் பலவகை மாறுதல்களும் ஏற்படுகின்றன. இம் மாறுதல்களில் முக்கியமானது, சுவாசிக்கும் முறையில் ஏற்படுவதாகும். கண் விழிகள் விரிதல், நாக்கு வறட்சி ஏற்படுதல் போன்றவைகளும் அதனுல் ஏற்படுவனவாம். கண்விழிகள் (pupils) சுருங்குவதோ விரிவதோ செய்யும்போது அதற்குக் காரணமாக இருப்பது சூழ் நிலையிலுள்ள ஒளி என நாம் அறிவோம். ஆனுல், மெய்ப்பாடு நிலையில் சூழ்நிலையிலுள்ள ஒளி எந்த நிலையிலிருந்தாலும் கண் விழிகள் விரிதலோ சுருங்குதலோ நடைபெறுவதோடு வயிற்றிலும் குடல்களிலும் மெய்ப்பாடு காரணமாக ஏற்படும் மாறுதல்களையும் பரிசோதனை வாயிலாக நிறுவியுள்ளார்கள்.

மெய்ப்பாட்டு நிலையில் ஏற்படும் மற்ெருரு மாறுதல் அட்ரினல் சுரப்பியில் (Adrenal gland) உண்டாகின்றது. இச் சுரப்பியினின்று ஹார்மோன் சத்துகள் ஓடும் இரத்தத்தில் கலந்து மூளைக்கும் உடலின் பல்வேறு தசைகளுக்கும் எடுத்துச் செல்லப்படுகின்றன. அதன் காரணமாகத்தான் மெய்ப்பாடு வயப்பட்டால் இருதயத் துடிப்பு மிகுதியாக ஏற்படுகிறது. உடல்நிலை பாதிக்கப்பட்டால் சில சமயங்களில் இருதயத் துடிப்புகளின் எண்ணிக்கை மிகவும் குறைவதுண்டு. இருதயத் துடிப்புகளின் எண்ணிக்கை அறுவை மருத்துவத்தின்போது ஒருவனிடம் குறைவாக ஏற்படுவதுண்டு. இது போன்ற நிலைகளில் அட்ரினலின் எனும் சத்தினை உடலில் செலுத்தினுல், இருதயத் துடிப்புகள் மிகுதிப்படும். எலும்புகளோடு பிணைந்துள்ள தசைகளில் அட்ரினலின் அதிக சர்க்கரையை உற்பத்தி செய்து அந்தத் தசைகள் இயங்க மிகுதியான சக்தியையும் அளிக்கிறது.

அடிப்படையான மெய்ப்பாடுகள்

அச்சம்

சிறு குழவிகளிடம் சூழ்நிலையினின்று திடீரென்று ஏற்படும் எல்லாவகையான தூண்டல்களும் அச்சத்தைத் தூண்டுகின்றன. பிறகு குழந்தை வளர வளரப் பலத்த ஓசை, வலி உண்டாக்கும் தூண்டல்கள், திடீர் இயக்கம் போன்றவைகளினுல் அச்சம் ஏற்படுகிறது. குழந்தை இன்னும் வளர வளரத் தனிமை, இருட்டு ஆகிய இவைகள் அச்ச மெய்ப்பாட்டை வெளியிடுகின்றன. எட்டு அல்லது ஒன்பது வயது குழந்தையை எடுத்துக்கொண்டால், குறை கூறல், பழித்துக் கூறல் போன்றவைகளாலும் அச்ச மெய்ப்பாடு தூண்டப்படுகிறது. முதிர்ச்சிப் பருவத்தினரிடத்தில் அன்பு

(affection), சமூகத்தோடு ஒன்றி வாழ்தல் (belongingness), ஆதரவு (recognition) போன்ற சமூக விடாய்கள் (social needs) பூர்த்தி அடைவதற்குத் தடையாக இருப்பவைகள் எல்லாம் அச்சத்தைத் தூண்டுபவைகள் ஆகின்றன.

சினம்

சினத்தைத் தூண்டுவதற்குச் சந்தர்ப்பம் மிகவும் முக்கியமாகும். நாய் பூனையைக் கண்டால்தான் சீறுகிறது. குழவிகளிடத்துச் சின மெய்ப்பாட்டைத் தூண்டவேண்டுமானால், அவைகளது கைகால்களை இறுகக் கட்டிப் பிடித்துக்கொள்ள வேண்டும். அப்படிச் செய்தால், அவைகள் வீறிட்டு அழத் தொடங்கும். சிறுவர்களிடத்தும் முதிர்ச்சிப் பருவத்தினரிடத்தும் சின மெய்ப்பாடு தூண்டப்படுவதற்குக் காரணம் மன முறிவு (frustration) ஆகும். அவர்கள் விடாய்கள் பூர்த்தியடையாமையால் அவர்களுக்கு மனமுறிவு ஏற்படுகிறது. சிறுவன் ஒருவன் தனக்கு வேண்டிய பொருள் ஒன்றைத் தந்தையிடமிருந்து பெறாவிட்டால் மனமுறிவு அடைந்து சினங்கொள்கிறான். குழந்தைகள் தாம் வேண்டிய அளவுக்கு அன்பும் ஆதரவும் தம் பெற்றோர்களிடமிருந்து பெறாவிட்டால் சினமடைவது யாவரும் அறிந்ததே.

குழந்தைகள் வளர வளரச் சினம் வெளிப்படும் முறைகளும் வேறுபடுகின்றன. முதிர்ச்சிப்பருவத்தில் சினம் வெளிப்படும் முறைகள் பெரிதும் மாறுதல்கள் அடைகின்றன. சிறுகுழந்தைகள் சினம் வயப்பட்டால் கைகால்களை உதைத்துக்கொண்டு அழுதல், மற்றக் குழந்தைகளைத் துன்புறுத்தல், சண்டை போடுதல் போன்ற நடத்தைகளில் ஈடுபடுவதைக் காணலாம். குமரப் பருவத்தினர் இடித்துரைத்தல், வம்பு பேசுதல் போன்ற வழிகளில் சினத்தை வெளிப்படுத்துகிறார்கள். இந்த மாறுதல்களுக்குக் காரணம் அவர்கள் வாழும் சமூகச் சூழ்நிலையாகும். பெற்றோர், ஆசிரியர், போலீசார் ஆகிய இவர்கள் சினத்தை இயற்கை வழியில் பலவேறு முறைகளில் கண்டிக்கிறார்கள். அதன் காரணமாக இந்த மெய்ப்பாடு சமூகம் ஆதரிக்கும் வழியில் மாறுபட்டு வெளிப்படுகிறது.

மகிழ்ச்சி

மகிழ்ச்சி என்பது காமம், ஆசை, அன்பு இவைகளுக்கு அடிப்படையான மெய்ப்பாடு ஆகும். உளவியலார் பொதுவாக ஒருவனிடம் பிறப்பால் அமையும் மெய்ப்பாடுகள் அச்சம், சினம், மகிழ்ச்சி எனக் கருதுகிறார்கள். அச்சம், சினம் இவைகளைப்பற்றி

மேலே விளக்கினோம். மகிழ்ச்சி என்ன என்பதைப்பற்றி இங்கு விளக்குவோம்.

சிறு குழவி பசி, தாகம் முதலிய விடாய்கள் பூர்த்தி அடைந்து குளிர், வெயில் இவைகளினின்றும் காக்கப்பட்டால் அஃது ஒருவித மெய்ப்பாட்டு நிலையை அடைகிறது. இதைப் புன்சிரிப்பு, மழலைச் சொற்கள் இவைகள் வழியாக வெளிப்படுத்துகிறது. முதிர்ச்சிப் பருவத்தினர் மகிழ்ச்சியைப் புன்சிரிப்பு, சிரிப்பு, கட்டி அணைத்துக் கொள்ளல், முத்தம் போன்ற செய்கைகள் வழியாக வெளிப் படுத்துகிறார்கள்.

மகிழ்ச்சியைக் குறிக்கும்போது காமத்தையே அடிப்படையாக வாட்சன் (J. B. Watson) எனும் உளவியலார் குறித்தார். உண்மையில் வாட்சன்தான் குழந்தைகளிடம் என்ன மெய்ப்பாடு கள் பிறப்பால் அமைகின்றன என்றும், அவைகள் சூழ்நிலைத் தொடர்பின் காரணமாக எவ்வாறு மாறுபடுகின்றன என்றும் ஆராய்ந்தார். அவர் குழவிகளிடத்துக் காம மெய்ப்பாட்டை ஆராய்ந்து குழந்தைகளின் பால்குறி, அக்குள், பாதங்களின் அடிப் பாகங்கள் இவைகளைத் தூண்டினால் குழந்தைகள் இன்ப உணர்வை அடைகின்றன என்றும் இவ்வுணர்வை, புன்சிரிப்பு, சிரிப்பு போன்ற நடத்தைகளில் வெளிப்படுத்துகின்றன என்றும் கண்டார்.

மெய்ப்பாட்டு அனுபவம் (Emotional experience)

மெய்ப்பாடு உடலைச் சார்ந்தது. மெய்ப்பாட்டைப்பற்றி அறியவோ அல்லது அதை அளக்கவோ வேண்டுமானால் அவைகளை உடலில் ஏற்படும் மாறுதல்களைக் கொண்டே செய்ய வேண்டும். ஆனால், சிற்சில சமயங்களில் குறித்த மெய்ப்பாட்டு நிலையை உணர்கிறோம். ஆனால், அஃது உடலில் ஒருவித மாறுதல்களையும் ஏற்படுத்துவதில்லை. சான்றாக, ஒரு சிறந்த நவீன கதையைப் படிக்கிறோம் என்று கொள்வோம். அப்போது மகிழ்ச்சியோ உற்சாகமோ அல்லது வருத்தமோ அடைகிறோம். ஆனால், அதை வெளிப்படையாகப் பிறர் காண்பதில்லை. அவ்வாறே ஒரு சிறந்த இசையைக் கேட்டோ அல்லது உயர்ந்த சித்திரத்தைக் கண்டோ இன்பமடைகிறோம். ஆனால், அவை பிறர் தோற்றத்திற்குப் புலனாவதில்லை. அவ்வாறே மக்களுக்குச் சூழ்நிலையிலுள்ள பொருள் கள் மேல் விருப்பும் வெறுப்பும் அமைந்துள்ளன. அவர்கள் சில பொருள்களையோ மக்களையோ விரும்பி அவைகளை நாடிச் செல்லு கிறார்கள். ஆனால், அதே மக்கள் மற்றும் 'சில பொருள்களையோ மனிதர்களையோ விரும்பி அவைகளின் அருகில் செல்வதில்லை.

அன்றாட வாழ்க்கையில் மக்கள் பொதுவாக வெறுக்கும் பொருள்கள் என்ன என்ன என உளவியலறிஞர்கள் ஆராய்ந்துள்ளார்கள். இந்த உளவியலறிஞர்களில் முக்கியமானவர்கள், காஸன் (A. Cason) என்பவர் ஆவர். அவர் பத்திலிருந்து தொண்ணூறு வயதுடையவர்களை ஆராய்ந்தார். இந்த ஆராய்ச்சியில் வினா-விடை முறையைப் (questionnaire method) பயன்படுத்தினார். முடிவில் அவரால் சோதனையிடப்பெற்றவர் 2600 தனிப்பட்ட வெறுக்கத்தக்க பொருள்களைத் தலைப்புகளில் வெளியிட்டனர். அவர் அவைகளைத் தனிப்பட்ட தலைப்புகளில் பாகுபடுத்தினார். அவர் கண்ட உண்மைகளைக் கீழே உள்ள அட்டவணைகளில் காணலாம்.

மக்கள் வெறுக்கும் பொருள்களைக் குறிக்கும் அட்டவணை

வெறுக்கத்தக்கவை	சதவிகிதம்
மக்கள் நடத்தை	59·0
மக்கள் அல்லாத பொருள்கள்	18·8
துணிகளும் உடுக்கும் முறையும்	12·4
மக்களது உடலசைவுகள் (திருத்தி அமைத்துக் கொள்ள முடியும்)	5·3
மக்களது உடலுறுப்புகளின் அசைவுகள் (திருத்தி அமைக்க இயலாதவை)	4·4

காஸன் மனிதர்களிடம் அருவெறுக்கத்தக்கவை என்ன என்று மேலும்மேலும் பாகுபடுத்திப் பின்வரும் உண்மைகளைக் கண்டார்:

1. கைத்துண்டு இல்லாமல் மூக்கைச் சிந்துவது
2. மற்றவர்கள் முகங்களுக்கு எதிரே தும்முவது அல்லது இருமுவது.
3. ஆட்டத்தில் ஏமாற்றுவது.
4. பொது இடத்தில், முக்கியமாகப் பெண்கள் துப்புவது.
5. பாதங்களிலிருக்கும் அழுக்கிலிருந்து எழும் துர்நாற்றம்.
6. குழந்தைகளைக் கடுமையாக நடத்துவது.

காஸன் கண்ட வெறுக்கத்தக்க நடத்தைகள் அமெரிக்க நாட்டு மக்களைக்கொண்டு நடத்திய ஆராய்ச்சியிலிருந்து போந்தவை ஆகும். நமது நாட்டு மக்களுக்கும் இது பொருந்தும் எனக் கூற இயலாது.

மெய்ப்பாடும் கற்றலும்

மெய்ப்பாடு முதிர்ச்சி உடல் வளர்ச்சியோடு தொடர்பு கொண்டுள்ளது என்று முன்பு கண்டோம். மெய்ப்பாடுகள் பல சூழ்நிலையின் காரணமாகவும் ஒருவனிடம் அமைகின்றன. அதாவது, ஒருவனிடமுள்ள மெய்ப்பாடுகள் பல ஆக்க நிலையிருத்தம் (conditioning) வழியாகவும் அமைகின்றன. குறித்த பொருள்களுக்கு அச்சம் எவ்வாறு ஆக்க நிலையிருத்தம் வழியாக ஒருவனிடம் அமைகிறது என்பதை ஐந்தாம் அதிகாரத்தில் காண்போம். சுருக்கமாக இங்கு எடுத்துக் கூறுவோம். ஆல்பர்ட் ஒரு பதினொரு மாதத்துக் குழந்தை. அவனுக்கு முயல் என்றால் மிகவும் விருப்பம். அதை அவன் தாவிப் பிடிக்கப் போவான்; பிடித்து அதோடு விளையாடுவான். ஆல்பர்ட் முயலைத் தாவிப் பிடிக்கப்போகும் பொழுதெல்லாம் பரிசோதனையாளர் பலத்த ஓசையை உண்டாக்கத் தொடங்கினர். பலத்த ஓசையைக் கேட்டால் குழந்தைகள் அச்ச மெய்தி அலறி அழுவது இயற்கை. ஆகவே, இந்த ஓசையைக் கேட்ட உடனேயே ஆல்பர்ட் மிரண்டு ஓடத் தொடங்கினன். இவ்வாறு ஒவ்வொரு முறையும் ஆல்பர்ட் முயலை நாடும்போது பலத்த ஓசை உண்டாக்கப்பட்டது. நாளடைவில் ஓசையை நிறுத்திவிட்டு முயலை மட்டும் ஆல்பர்ட் அருகே கொண்டுவந்த போது அவன் அலறிப்புடைத்து ஓடத் தொடங்கினன். பிறகு தாடி மீசை உடையவர்களைக் கண்டபோதும், இவ்வாறு அச்ச மெய்தி ஓடினன். இப் பரிசோதனையினின்றும், விருப்புக்கொண்ட பொருள்களிடத்தும் அச்சம் எவ்வாறு தோன்றுகிறது எனத் தெளிவுபடுகிறது அன்றோ? மக்களிடத்துக் காணப்படும் பலவித அச்சங்களும் கற்பவைகளே எனக் கருதப்படுகிறது. சான்றாகக் குழவிகளைப் பாம்புகளிடையேயும், புலி சிங்கம் போன்ற விலங்குகளிடையேயும் விட்டுவைத்தபோது அவைகள் அச்ச மெய்ப்பாட்டை வெளியிடவில்லை. ஆனால், குழந்தைகளும் முதிர்ச்சிப் பருவத்தினரும் இவைகளைக் கண்டு அஞ்சுவது இயற்கை. பாம்பு, கொடுமை மிக்க விலங்குகள் ஆகிய இவைகளுக்கு அஞ்சுவது சூழ்நிலைப் பயிற்சியே ஆகும். அவ்வாறே சிறுவர் சிறுமிகளது அச்சங்களில் பல கற்றவைகளேயாகும். இவ்வச்சங்களில் முக்கியமானவை பேய் உண்டு என்று எண்ணி அஞ்சுவது, திருடர்கள், இருட்டு இவைகளைச் சார்ந்து எழும் அச்சம் முதலியனவாம். இவைகள் ஒருவன் சூழ்நிலையினின்றும் கற்பவையேயாகும். அவ்வாறே மக்களிடையே காணப்படும் பல வகையான வெறுப்புகளுக்கு ஆதாரமானது சின மெய்ப்பாடு ஆகும்.

5. ஊக்கிகள்

மனிதனது இயல்பான நடத்தையைப்பற்றி அறிவதற்கோ அல்லது பிறழ்வான நடத்தையைப்பற்றிப் புரிந்துகொள்வதற்கோ ஊக்கிகளைப்பற்றியும் மெய்ப்பாடுகளைப்பற்றியும் அறிவது மிகவும் முக்கியமாகும். மெய்ப்பாட்டைப்பற்றி முன் அதிகாரத்தில் விளக்கினோம். இவ்வதிகாரத்தில் ஊக்கிகளைப்பற்றி (motives) விளக்குவோம்.

ஊக்கி என்பது ஒரு பொதுப்படையான சொல்லாகும். அது விடாய்கள் (needs), உந்துகள் (drives), இயல்பூக்கங்கள் (instincts) இவைகளை எல்லாம் குறிக்கிறது. ஊக்கியின் இயல்பு ஒரு நடத்தையைத் தொடங்கி வைப்பதோடு இல்லாமல் அந்த நடத்தை ஓர் இலக்கை (goal) அடையும்வரை அதைத் தொடர்ந்து நடக்கச் செய்வது ஆகும். இதோடுகூட அந்த நடத்தையைக் குறிப்பிட்ட வழியில் (direction) ஈடுபடுத்துவதும் ஊக்கியின் இயல்பாகும்.

ஊக்கியின் தன்மை

ஊக்கியின் அடிப்படையான போக்கு, குறித்த குறிக்கோளை அடைவது என மேலே எடுத்துக் கூறினோம். குறித்த குறிக்கோளை அடைவதற்குச் சக்தி அவசியமாகும். இச் சக்தியை உடலின்கண் வெளிப்படும் இரசாயனங்களின் உதவியால் ஒருவன் பெறுகிறான்; எனினும், இச் சக்தியை நேராகப் பார்த்தறிய இயலாது; உயிரின் செயல்களைக் கொண்டே அறிய இயலும். சான்றாக, வீடு தீப்பற்றிக்கொண்டு எரிய, அதினின்றும் உயிர் தப்பித்துக்கொள்ள முயற்சி செய்பவனை எடுத்துக்கொள்வோம். அவன் எவ்வளவு சக்தி உடையவனாக உள்ளான் என்பது புலனாகும். உயிர் பிழைத்து வாழ்வது (survival) மிகவும் வலிவு பொருந்திய ஊக்கி அல்லவா; அதனால் தூண்டப்பட்டு ஈடுபடுபவனது நடத்தை ஊக்கியின் சக்தியைத் தெளிவுபடுத்தும்.

ஊக்கியின் அடிப்படையான தன்மை மூன்றாகும். அவைகள் சக்தி (energy), விடாயியக்கம் (persistence), மாறுபடும் போக்கு (variability) இவைகள் ஆகும்.

சக்தி

தூண்டப்பட்ட தூண்டலின் (stimulus) வலிவுக்குத் தக்க சக்தியை வெளியிடுவது ஊக்கியின் இயல்பாகும். சான்றாக, இரண்டு நாள்கள் பட்டினியாக உள்ள ஒருவனை எடுத்துக்கொள்வோம். அவன் உணவை அடைவதற்காக அதிக முயற்சியில் ஈடுபடுவது இயற்கை. ஆனால், அரை மணி நேரத்திற்கு முன்னே உணவு கொண்ட ஒருவன் உணவுக்காக அவ்வளவு முயற்சி செய்ய மாட்டான்.

விடாவியக்கம்

ஊக்கியின் மற்றொரு போக்கு விடாவியக்கமாகும். ஊக்கியால் தூண்டப்பட்ட ஒருவன், எளிதில் அதற்கான நடத்தையைக் கைவிட மாட்டான். குழந்தைக்குப் பிரியமான 'சாக்லெட்' ஒன்றை அறையில் மறைத்துவிட்டுக் குழந்தையிடம் 'இந்த அறையில்தான் சாக்லெட் எங்கேயோ இருக்கிறது' என்று கூறிவிட்டால் போதும். குழந்தை 'சாக்லெட்'டை அடையும் வரை, மேசையையும் நாற்காலியையும் இங்குமங்கும் தள்ளியோ புத்தகங்களைக் கீழே இழுத்துத் தள்ளியோ 'சாக்லெட்'டைத் தேடும் முயற்சியில் ஈடுபடுகிறது. 'சாக்லெட்'டை அடையும்வரை விடாது அம் முயற்சியில் ஈடுபடுகிறது. இவ்வளவு முயற்சி செய்தும் பொருள் கிடைக்காவிட்டால் 'மனமுறிவு' (frustration) அடைந்து கைகால்களை உதைத்துக்கொண்டு அழ ஆரம்பிக்கிறது. இந்தச் சான்றினின்றும், தூண்டப்பட்ட ஊக்கியானது குறிக்கோளை அடையும்வரை தொடர்ந்து அதற்கான செயல்களில் ஈடுபடுகிறது என்பது தெளிவுபடும்.

மாறுபடும் போக்கு

ஊக்கியின் மற்றோர் இயல்பானது மாறுபடும் போக்காகும். ஊக்கியால் தூண்டப்பட்ட ஒருவன் குறிக்கோளை அடைவதற்கு ஒரேமாதிரியான நடத்தையில் ஈடுபடுவதில்லை. பல்வேறு செயல்களில் ஈடுபட்டே அக் குறிக்கோளை அடைய முயல்கிறான். கல்லூரியில் புகழ்பெறவேண்டும் எனும் ஊக்கத்தால் தூண்டப்படும் மாணவன், தன் பாடங்களைச் சிறப்பாகப் பயின்று, கல்லூரியிலேயே முதல் மாணவனாவதற்கு முயற்சி செய்கிறான். இதில்

வெற்றி பெறுவிட்டால், ஓட்டப் பந்தயங்களிலும் ஆட்டப் பந்தயங்களிலும் முதலிடம் பெற முயல்கிறுன். ஊக்கியின் குறிக்கோள் ஒன்றுக இருந்தபோதிலும், அதை அடைவதற்கான வழிகள் பல மாறுபாடு அடைகின்றன.

ஊக்கியின் வகைகள்

ஊக்கிகளைப் பலவகைகளாகப் பிரிக்கலாம். ஆனுல், அவைகளை இரண்டு வகைகளாகப் பிரிப்பதே சிறந்ததாகும். அவைகள் முறையே உடல்சார்பு ஊக்கிகள் (physiological motives), உளச் சார்பு ஊக்கிகள் (psychological motives) எனப்படும். உடல் சார்பு ஊக்கிகளை முதலாவதான (primary) ஊக்கிகள் என்றும் உளச்சார்பு ஊக்கிகளைத் துணைமையான (secondary) ஊக்கிகள் என்றும், உடல் உள்ளுறுப்புகளைச் சார்ந்து எழுவன (viscerogenic) என்றும், உள்ளத்தைச் சார்ந்து எழுவன (psychogenic) என்றும் முறையே குறிப்பதுண்டு.

உடல் விடாய்கள்

ஒரு மனிதனின் ஊக்கிகள் சில அவனுடைய உடலினுள்ளே நிகழும் மாறுதல்களைத் தழுவியுள்ளன. பசி தாகம் இவை இரண்டும் உடல் விடாய்களுக்கு எடுத்துக்காட்டாகும். உடலுக்குத் தேவையான உணவு, தண்ணீர், பிராணவாயு, தூக்கம் முதலியவை களிலிருந்து ஊக்கிகள் எழுகின்றன. பின்னர் இந்த விடாய்கள் அதிகம் ஆகும்போது, உடலின் வயிறு போன்ற உறுப்புகளில் ஓய்வின்மை (restlessness) உண்டாகிறது. அவ்வாறே பசிக்கும் போது வயிற்றினுள் உள்ள உறுப்புகளில் துடிப்புகளானவை (impulses) சுருங்கி-பெருக்கங்கள் (contractions) ஏற்படுகின்றன. இதன் காரணமாக மற்ற உறுப்புகளும் பாதிக்கப்படுகின்றன.

சமநிலை இயக்கம்

'சமநிலை இயக்கம்' (homeostasis) என்னும் கருத்தினை (concept) வால்ட்டர் கானன் (Walter Cannon) எனும் உடலியலறிஞர் முதன்முதலாக உபயோகித்தார். உடலின் அகத்தே எழும் இயக்கங்களில் ஒரு நடுத்தரத் தன்மையை (balance) உண்டாக்க உடல் முயற்சி செய்கிறது. உடலின் இந்த இயற்கைப் போக்கைத்தான் கானன் சமநிலை இயக்கம் என்றுர். உடலிலே ஏற்படும் இந்தச் சமநிலை மனிதன் உயிர் வாழ்வதற்கு இன்றி அமையாதது ஆகும். உடலினுள் ஏற்படும் மாறுதல்கள் ஓர் அளவுக்கு மீறி ஏற்படக்கூடாது. அவ்வாறே இரத்தத்தின் அழுத்தமும் ஆகும். இரத்தத்தில் காணப்படும் திராவகத் தன்மை

(acidity), கரியமில வாயு (carbon dioxide), சர்க்கரை போன்ற பொருள்கள் தக்க அளவிலேயே இருக்கவேண்டும். இந்த அளவுகளுக்கு மேற்பட்டால் உடலானது பாதிக்கப்படுகிறது.

உடலியலறிஞர்கள் உடலின் சமநிலைகளைத் தரமாக வைத்துக் கொள்வதில் அடங்கியுள்ள பல சமநிலைப் போக்கு இயக்கங்களை எடுத்து விளக்கியுள்ளனர். சான்ருக, உடம்பானது வெப்பநிலை அளவை 98·4 ஃபாரன்ஹைட் ஆகவே வைத்துக்கொள்கிறது. இவ்வளவிலேயே வைத்துக் கொள்வதற்காகவேதான் உடல் வெப்பமாக்கிக் கொள்ளும் இயக்கத்தையும் தட்பமாக்கிக் கொள்ளும் இயக்கத்தையும் பெற்றுள்ளது. உடலின் வெப்பம் அதிகமானல், உடலைத் தட்ப நிலைக்குக் கொண்டுவருவதற்காக வியர்வையானது வெளிப்படுகிறது. அவ்வாறே உடலானது தட்ப நிலையை அடையுமானல், உடலுறுப்புகளில் நடுக்கம் ஏற்படுகிறது. அதன் காரணமாக உடலில் வெப்பம் ஏற்படுகிறது.

உடலுறுப்புகளை ஆதாரமாகக் கொண்டு எழும் விடாய்கள், உடல் சார்பு விடாய்கள் எனப்படும். தாகம், பசி, தூக்கம், பால் முதலியவைகள் இவ் விடாய்களுக்குச் சான்றுகளாகும். அவைகளை இங்கு விளக்குவோம்.

தாகம்

கோடைக்காலத்தில், நமக்கு அடிக்கடி நீர் அருந்தத் தேவை ஏற்படுகின்றது. நீரைத் தேடிக் குடிக்கும் நடத்தையை நம் உள்ளே உள்ள ஊக்கியானது தூண்டுகிறது. நீரானது ஒருவன் உயிர் வாழ்வதற்கு இன்றியமையாததாகும். உடலின்கண் உள்ள பல்வேறு சுரப்பிகளினின்றும் வெளிப்படும் சத்துகள் உடலைச் சுற்றி ஓடிக் கொண்டிருக்கும் இரத்தத்தில் கலக்கப்படுகின்றன. அச் சத்துகள் இவ்வுறுப்புகளுக்கு வலிவும் சக்தியும் அளிக்கின்றன. உடலிலுள்ள இரத்தம் அதற்கான குழாய்கள் வழியாகச் சுற்றிவர நீரானது அவசியமாகிறது. இது ஒருவனுக்கு ஓரளவுக்கு இருக்க வேண்டும். அப்போதுதான் உடலானது சமநிலையிலிருக்கும். இந்த நீரின் அளவில் குறைவு ஏற்பட்டால், இந்தக் குறையை எடுத்துக்காட்ட இயற்கை வழியாகத் தாக உணர்ச்சி ஏற்படுகிறது.

பசி

உடலின்கண் உணவுத் தேவையும், நீர்த் தேவை போன்றே ஏற்படுகிறது. உடலானது தன் வளர்ச்சிக்கும், சூழ்நிலைத் தூண்டல்களின் காரணமாக ஈடுபடும் நடத்தைகள் முதலியவைகளுக்கும் சக்தியை உபயோகித்து வருகின்றது. ஒருவன் ஈடுபடும்

செயல்கள் யாவற்றிற்கும் சக்தி அவசியம். இச் சக்தியை உணவி னின்றுதான் ஒருவன் அடைகிறுன். ஒருவனுக்குப் பசி உணர்வு உண்டானுல் வயிற்றினுள்ளே உள்ள சீரண உறுப்புகளில் ஏற் படும் மாறுதல்களினுல் அவ்வுணர்வு உண்டாகிறது. ஒருசிலர் இவ்வாருன உணர்வு பெருமலிருக்கலாம். ஆனுல், உடலயர்ச்சி, களைப்பு முதலிய அறிவிப்புகளால் அவ்வுணர்வு எல்லோராலும் உணரப்படும்.

தூக்கம்

தூக்கம் உடல் விடாய்க்கு மற்ருேர் எடுத்துக்காட்டாகும். ஒருசிலர் தூக்கம் உடலுக்கு அவசியமில்லை என்றும், தூங்குவது ஒரு கெட்ட பழக்கமென்றும் கூறலாம். இவ்வாருன கருத்தை மேற்கொண்ட ஒருவன், தூக்கமின்றியே இருக்க இயலுமெனக் கருதி ஏழு நாள்கள் தூங்காமல் இருந்தான். கடைசிச் சில நாள்கள் அவனையும் அறியாது சிறிது துயின்று நேரம் கழித்தான். ஏழு நாள்களுக்குப் பிறகு அவனது உடல், உள்ள நிலைகளையும் திறன்களையும் ஆராய்ந்தார்கள். அவன் உடல் வலிவை இழந்திருந் தான்; உடல் உணர்வுகள் சிலவற்றையும் இழந்திருந்தான். உள நிலைகளை ஆராய்ந்தபோது அவனது சிந்தனை, ஆய்வுத்திறன், கற்பனை முதலியவைகள் பாதிக்கப்பட்டிருந்தன.

பால் விடாய்

மனிதனது ஊக்கிகளில் பால்விடாய் தனிப்பட்டதாகும். தாகம், பசி, தூக்கம் போன்றவைகள் ஒருவன் தற்காப்பிற்கு (self-preservation) அவசியமாகும். பால்விடாய் ஒருவனது மரபினத்தைக் காப்பதற்கு இன்றியமையாததாக விளங்கும் உடல் விடாயாகும். பால் ஊக்கியைப்பற்றி அறிவு பெற அதன் இரு வகையான காரணிகளைப்பற்றித் தெரிந்துகொள்ள வேண்டும். அவை, உடலின்கண் உற்பத்தி செய்யப்படும் பால் சத்துகளும் (sex harmones), பயிற்சியின் காரணமாக ஒருவனிடம் உள்ள பழக்கங்களும் (habits) ஆகும்.

ஆண், பெண் வளர்ச்சியின் ஒரு கட்டத்திலே ஆணின் விரையும் (testes) பெண்ணின் கருப்பையும் (ovary) முக்கியமான இரசாயனச் சத்துகளை வெளிப்படுத்துகின்றன. இச் சத்துகளே இரு பாலரிடமும் பால் வாழ்க்கைக்கு அடிப்படையாக உள்ளன. ஒருவன் குமரப்பருவத்தை அடைந்தவுடன் அவனது பால் சுரப்பி கள் முதிர்ச்சி அடைகின்றன. இப்பருவத்தில் ஆண் பெண் இரு பாலர்களிடமும் உடல் வடிவம் மாறுகிறது; பால் குறிகள்

முதிர்ச்சி பெறுகின்றன. இரு பாலாரிடமும் நடத்தையில் மாறுதல்கள் ஏற்படுகின்றன. தங்களுக்கு எதிர்பாலினர்களை அடையும் (புணரும்) ஆவல் ஏற்படுகிறது.

விலங்கினங்களில் அறுவை வைத்தியப்படி பால் சுரப்பிகளை அகற்றியும் இயங்காவண்ணம் தடைப்படுத்தியும் அவைகளின் பால் நடத்தையை ஆராய்ந்துள்ளார்கள். இந் நடத்தையில் மாறுதல்கள் ஏற்பட்டதைக் கண்டார்கள். ஆனால், மனிதர்களைக் கொண்டு நடத்திய பரிசோதனைகளில் மாறுபட்ட உண்மைகளையே கண்டார்கள். வைத்தியத்திற்காகப் பால் சுரப்பிகள் அகற்றப்பட்ட ஆண்களிடத்திலும் பெண்களிடத்திலும் பால் ஊக்கியில் ஒருவகையான மாறுதல்களும் காணப்படவில்லை. ஆனால், ஒருசில ஆண்களிடத்தும் பெண்களிடத்தும் பால் ஊக்கி காணப்படவே இல்லை என்று கண்டார்கள். இதோடு வலிவுடன் இயங்கிப் பால் சத்துகளை வெளிப்படுத்தும் பால் சுரப்பிகள் உடைய ஆண்களில் சிலரும் பெண்களில் சிலரும் பால் நடத்தையில் ஈடுபட இயலாமல் போவதும் கண்டறியப்பட்டது. இதற்கு அடிப்படையாக அவர்களது சொந்த வாழ்க்கையில் ஏற்பட்ட மனமுறிவுகளும், மெய்ப்பாட்டுச் சிக்கல்களும் (complexes) காரணமாக இருந்தன.

உளச்சார்பு ஊக்கிகள்

மேலே விவரித்த உடல்சார்பு ஊக்கிகளைத் தவிரப் புதிய ஊக்கிகளும் மனிதனிடத்துக் காணப்படுகின்றன. இவைகளைப் பொதுவாக உளச்சார்பு ஊக்கிகள் எனலாம். இந்த ஊக்கிகள் தோன்றுவதற்கு உடல் விடாய்கள் அடிப்படையாக இருந்தபோதிலும், நாளடைவில் இவ் ஊக்கிகள் அவைகளோடு நேரடியாகத் தொடர்பு இல்லாமல் இருக்கின்றன. எனினும், உடல் சார்பு ஊக்கிகளைப்போன்று சக்தி, விடாயியக்கம், மாறுபாடு போன்ற தன்மைகளை உடையவைகளாயிருக்கின்றன. இந்த விடாய்கள் மனித வளர்ச்சியில் சமூகத் தொடர்ப்பாட்டின் காரணமாகக் கற்கப்பட்டு மனிதர்களிடத்து நிலைத்துள்ளன. இதற்கு முக்கியமாக இருப்பது கருவிசார் ஆக்கநிலை இருத்தமாகும் (instrumental conditioning). சான்ருக, அன்பு விடாயை எடுத்துக் கொள்வோம். விடாய் பூர்த்தி அடையப்பட்ட ஓர் உயிரி அமைதி அடைகிறது. இந்த அமைதியே அதற்கு மகிழ்ச்சியை (pleasure) அளிக்கிறது. இது இயற்கைவழியாகும். பிறந்த குழந்தை பசியால் அழ அதற்குத் தாய் பாலூட்டுகிருள். பசி விடாய் பூர்த்தி அடைந்தவுடன், அது அமைதி நிலையை அடைகிறது; மகிழ்ச்சியை எய்துகிறது. தாயானவள் தன் குழவியின் பசி, தாகம் போன்றவைகளைப் பூர்த்தி

செய்து மகிழ்ச்சி விளைவிக்கும் கருவியாகிருள். மேலும் குழவி பாலுண்ணும்போது அதைக் கட்டித் தழுவியும் முத்தமிட்டும் அதற்கு மகிழ்ச்சியை ஊட்டுகிருள். இவ்வாறு தொடர்ந்து செய்வதனுல் குழவியானது தாயை மகிழ்ச்சி அளிக்கும் ஒரு பொருளாகக் கருதுகிறது. குழவி வளர்ந்து குழந்தையானதும் தாயானவள் பாலூட்டுவதை நிறுத்திவிடுகிருள். எனினும் அதன் கண் தாயைத் தொடர்ந்து வரும் மகிழ்ச்சி திடப்பட்டு நிரந்தரமாக அமைகிறது. அதாவது, பசி விடாயைப் பூர்த்தி செய்யும் சூழ்நிலைத் தூண்டலாக இருந்த தாய் நாளடைவில் மகிழ்ச்சி அளிக்கும் சூழ்நிலைத் தூண்டலாக ஆகிருள். இந்த நிலை ஆக்கநிலையிருத்த கற்றல் வழியாக ஏற்படுகிறது. நாளடைவில் இந்த மகிழ்ச்சி உணர்ச்சி, பொதுமை இயல்பைப் பெற்று அன்பெனும் தனிப்பட்டதும் வலிவு மிக்கதுமான விடாயாகக் குழந்தையிடம் அமைகிறது.

உளச்சார்பு ஊக்கிகளை இரு வகையாகப் பிரிப்பது உண்டு. அவை சமூக ஊக்கிகள் (social motives), சொந்த ஊக்கிகள் (personal motives) எனப்படும். சமூக ஊக்கிகளை உடல்சார்பு ஊக்கிகளைப் போன்று நேராகக் காண இயலாது. மனிதர்கள் ஈடுபடும் நடத்தைகளினின்றும் அவர்கள் நாடிச் செல்லும் இலக்கங்களினின்றுமே (goal) அவர்களைப்பற்றி அறிய இயலும். இவ் விடாய்களைப் பூர்த்தி செய்வதற்கு ஒருவனுக்குச் சமூகத்திலுள்ள மற்ற மக்களது துணையும் அவசியம். அதன் காரணமாக இவ்வூக்கிகள் சமூக ஊக்கிகள் என அழைக்கப்படுகின்றன. சமூக ஊக்கிகளில் முக்கியமானவைகள் கூடி வாழும் (belongingness) விடாயும் ஆதரவு (recognition) விடாயுமாகும். அன்பு (affection) விடாய், வெற்றி விடாய் (achievement need) போன்றவைகள் சொந்த ஊக்கிகள் எனப்படும்.

கூடி வாழும் விடாய்

மக்கள் பெரும்பாலும் ஒன்றுகூடியே வாழ்கின்றனர். குழந்தை குடும்பத்தினரோடு வாழ்ந்து வளருகிறது. குமரப் பருவத்தினர் தன் நண்பர்களோடு கூடி கல்வி பயிலுவதும் பொழுதுபோக்குவதும் செய்கிருர்கள். முதிர்ச்சிப் பருவத்தினர் சுற்றமும் நண்பரும் சூழ வாழ்கின்றனர். விளையாட்டு மன்றங்களிலும் அறிவு மன்றங்களிலும் உறுப்பினராகச் சேர்ந்து வாழ்கின்றனர். இச் சான்றுகள் எல்லாம் ஒன்றுகூடி வாழ்வது மனிதனுக்கு முக்கியம் எனத் தெளிவுபடுத்துகின்றன. குற்றங்களில் மிகவும் கொடூரமானவைகளுக்குக் கடுந்தண்டனையாகத் தனி

அறையில் அடைத்து வைக்கிறார்கள். அதாவது, மற்றவர்களுடன் கூடி வாழ்ந்து தங்களது சமூக விடாயைப் பூர்த்தி செய்யாதவாறு செய்கிறார்கள். கூடிவாழும் விடாய் பல வகைகளாக வெளிப் படுவது உண்டு. அவைகளில் நாடியிருப்பது (dependence) ஒன் றாகும். குழந்தை பிறந்ததிலிருந்து உணவுக்கும் மற்றத் தேவை களுக்கும் பெற்றோர்களை—முக்கியமாகத் தாயை—நாடி நிற்கும் நிலையிலிருக்கிறது. முதிர்ச்சிப் பருவத்தினரும் தங்களின் தேவை களைப் பூர்த்தி செய்துகொள்ளச் சூழ்நிலையிலுள்ள மற்றவர்களது உதவியை நாடுவது இயற்கையாகும். பிறர் துணையை எவ்வகை யிலும் நாடாது இருப்பது கடினம். நட்புத் தேவையும் (companionship) பால் உடன்பாடும் (sexual affiliation) கூடிவாழ் விடாயின் வேறுபாடுகள் எனக் கருதப்படுகின்றன.

காப்பு

மனிதனுக்குக் காப்பு (security) அளிக்கும் மற்றோர் உளச்சார்பு விடாய் ஆதரவு விடாயாகும். குழந்தையானது தான் ஈடுபடும் ஒவ்வொரு செயலையும் தாயோ தந்தையோ மற்ற உறவினர் களோ நண்பர்களோ ஆதரிக்கவேண்டும் என அவாக் கொள் கிறது. இதை அடிப்படையாகக் கொண்டுதான் குழந்தைகளை உற்சாகத்தோடும், சிறப்பாகவும் கல்வி பயிலவும், அதில் வெற்றி பெறவும் ஊக்கமூட்டத் தற்காலத்து ஆசிரியர்கள் புகழ் மொழி கூறுவதோ வெகுமதி அளிப்பதோ செய்கிறார்கள். இவ்வாறு செய்வது அவர்களது ஆதரவு விடாயைப் பூர்த்தி செய்வதற்கே யாகும்.

அன்பு

அன்பு விடாயானது முக்கியமான ஓர் உளச்சார்பு விடா யாகும். பிறரிடமிருந்து அன்பு பெறுவதும் பிறருக்கு அன்பு அளிப்பதுமான குறிக்கோளை உடையது இவ் விடாய்.

உடல் சார்பு விடாய்களைப் போன்று உளச்சார்பு விடாய் களை இத்தனைதான் என்று குறிப்பிட்டுச் சொல்ல இயலாது. உளவியலார்களுக்குள்ளேயே இவ்வகையில் கருத்து வேறுபாடு வந்ததற்குக் காரணம் எவை எவை உளச்சார்பு விடாய்கள் என நிர்மாணிப்பதுபற்றியே. சான்றாக, ஒருசில உளவியலார் 'வாழ்க்கை அந்தஸ்து' விடாய் (status need) எனத் தனிப்பட்ட சில நடத்தைகளைக் குறிப்பிடுகின்றனர். இதன்படி மனிதன் தனது வாழ்க்கை அந்தஸ்து மற்றவர்களுக்குச் சமமாக இருக்கவும் மற்றவர்களைக் காட்டிலும் உயர்ந்தவையாக இருக்கவும் அவாக்

கொள்கிறுன் என்பதாகும். வாழ்க்கை அந்தஸ்து விடாயின் பிரிவுகள் நன்மதிப்பு (prestige), ஆதிக்கம் (power) எனக் கருதப் படுகிறது. பெரும்பாலான உளவியலார் ஆதரவு விடாய், கூடி வாழ் விடாய், அன்பு விடாய் போன்றவைகளேயே முக்கியமான உளச்சார்பு விடாய்கள் எனக் கொள்கின்றனர்.

ஆழ்ந்த உள ஊக்கிகள்

மனிதன் தன்னிடத்து உள்ள ஊக்கிகள் பலவற்றை அறிவ தில்லே. எனினும், அவைகளால் உந்தப்பட்டு அவன் செயலாற்று கிறுன். இவ்வாறு அவன் நடத்தையில் ஈடுபடும்போது, அவன் ஆழ்ந்த உள்ள ஊக்கிகளால் (unconscious motives) தூண்டப்படு கிறுன் என்று கூறுகிறேம். ஒருவன் தன்னேயும் அறியாது விரல் நகத்தைக் கடிப்பது, ஆசிரியர் சொற்பொழிவு ஆற்றும்போது தன்னேயும் அறியாது கோட்டுப் பைகளிலோ கால்சட்டைப் பைகளிலோ கையைவிட்டுக்கொள்வது அல்லது கோட்டுப் பித்தானேப் பிடித்துச் சுற்றுவது போன்ற செயல்கள் ஆழ்ந்த உள்ள ஊக்கிகளால் தூண்டப்படுவன எனக் கருதப்படுகிறது. பகட்டாக உடையுடுப்பவரையும் அளவுக்குமேல் தங்களே அலங் காரம் செய்துகொள்ளும் சிலரையும் ஆராய்ந்தவர்கள், இவர்களின் நடத்தைக்கு அடிப்படையாக இருப்பது ஆதரவு ஊக்கி (recognition motive) என வெளியிட்டுள்ளார்கள். அவர்களது நடத்தைக்கு அவர்களேயே காரணம் வினவியபோது அவர்களுக்குத் தெரியவில்லே என உளவியலார் அறிந்தார்கள். பிறழ்வான அச்சம், சினம், காமம், பீதி, கைநடுக்கம் போன்ற அறிகுறிகள் உடையவர்களே ஆராய்ந்தவர்கள், இவைகளுக்குக் காரணமாக இருப்பவை ஆழ்ந்த உள்ளத்திலே இரு விடாய்களுக்குமிடையே உண்டாகும் போராட்டம் என்பதைக் காரணமாகக் காட்டு கிறுர்கள்.

6. மனமுறிவும் சூழ்நிலை முட்டுகளும்

வலிவுடைய ஊக்கியானது பூர்த்திபெற இயலாது தடைப் படுமானால், மனமுறிவு (frustration) ஒருவனிடம் ஏற்படுகிறது. ஊக்கி பூர்த்தி பெறாது தடைப்படுவதற்குக் காரணமாக உள்ள பொருள்களை ஆராய்வோமானால் அவைகள் பொதுவாக, சூழ் நிலைப் பொருளாகவோ மனிதராகவோ இருக்கும். மன முறிவுக்கு மற்றொரு காரணமாக இருப்பது ஒருவனிடத்தே உள்ள உடல் உறுப்புகள் குறைவு, திறன் குறைவு, நாட்டக் (level of aspiration) குறைவு போன்றவைகள் ஆகும். இக் குறைவு களினால் நாட்டம் கொள்ளும் இலக்கத்தை ஒருவன் அடைய இயலாது மனமுறிவு அடைகிறான். மனமுறிவுக்கு மூன்றாவது காரணமாக உள்ளது, இரண்டு சம வலிவு உடைய விடாய்கள், ஒன்றை மற்றொன்று பூர்த்தி அடையவொட்டாது செய்வதாகும்.

மனமுறிவும் உளப் போராட்டங்களும், உள நோய்களுக்கும் உளக்கோளாறுகளுக்கும் அடிப்படையாக உள்ளன. அதன் காரண மாக அவைகளைப்பற்றி விளக்குவது அவசியமாகும்.

சூழ்நிலை முட்டுகள்

மனமுறிவுக்கு முக்கியக் காரணமாக உள்ளவை சூழ்நிலைத் தடைகள் என முன்னே விவரித்தோம். இத் தடைகள், முட்டுகள் (barriers) எனப்படும். எல்லா வகையான முட்டுகளிலும் எளிதில் அடைய முடியாத இலக்கம் (goal) முக்கியம் ஆகும். மிகவும் பசியுடன் உள்ள ஒருவன் அவன் உண்ணவேண்டிய உணவு பல மைல்களுக்கு அப்புறம் உள்ள ஊரில் உள்ளது எனக் கொள் வோம். இந் நிலையிலுள்ளவன் மனமுறிவு பெறுகிறான். அவ்வாறு 'பெட்ரோல்' செலவாகிவிட்ட மோட்டார் வண்டி உடையவன், 'பெட்ரோல்' வாங்குவதற்குப் பல மைல் தூரம் செல்ல வேண்டும் என்றால் மனமுறிவு அடைகிறான். இங்குச் சூழ்நிலைச் சந்தர்ப்பங் களே முட்டுகளாக உள்ளன என்பது தெளிவுபடும்.

சிறு குழந்தைகள் அடையும் மனமுறிவு எல்லாம் சூழ்நிலை யினின்று எழும் முட்டுகளினுல் ஆகும். தங்களுக்கு வேண்டிய பொம்மைகள் அல்லது தின்பண்டங்கள் முதலியவைகள் கிடைக் காத காரணத்தினுல் 'மனமுறிவு' பெறுகிறுர்கள். முதிர்ச்சிப் பருவத்தினர் பெறும் 'மனமுறிவு' சூழ்நிலைத் தடைகளாலும், தன்னிடத்தே உள்ள உடல் திறன், உள்ளத் திறன் இவைகளின் குறைவுகளினுலும் ஏற்படுவதுண்டு.

நாட்டமளவும் மனமுறிவும்

ஒருவனது நாட்டத்தின் அளவு அவன் வாழ்க்கையில் கற்றறிந்து பெற்ற இலக்கங்களைப் பொறுத்து உள்ளது. அவன் உண்மையாக அடையும் இலக்கங்களோ அவனது திறனைப் பொறுத்து உள்ளது. ஒருவனது நாட்டத்தின் அளவுக்கும் உண்மைத் திறனுக்கும் வேறுபாடு அதிகம் இருப்பின், அவன் மன முறிவு பெறுகிறுன். இவ்வாறுன மனமுறிவு பெறுபவர் நமது சமூகத்தில் பலர் உள்ளனர். தொழில்கள் பலவற்றில் தற்போது அவைகளுக்கான ஆர்வமும் திறனும் இல்லாதவர்கள் உள்ளனர். அவ்வாறே கல்லூரிகளில் மாணவர்கள் சந்தர்ப்பங்கள் காரண மாக அந்தந்தப் பாடங்களுக்கு வேண்டிய திறனும் ஆர்வமும் இல்லாதவர்களாக இருக்கிறுர்கள். இவர்கள் எல்லாம் உயர்ந்த பதவி பெற வேண்டும்; பெருத்த ஊதியம் அடைய வேண்டும் எனும் உயர்ந்த நாட்டத்தை உடையவர்களாக உள்ளனர். அதற்கான இலக்கத்தை அடைய இயலாது தோல்வி அடைய, மன முறிவு பெறுகிறுர்கள். தாங்கள் விரும்பிய இலக்கத்தை அடைய இயலாதவாறு தங்கள் திறன் தடையாக இருப்பதனுல் இந்த வகை மனமுறிவு ஏற்படுகிறது.

உளப்போராட்ட வகைகள்

வாழ்க்கையின் பெரும்பாலான மனமுறிவுகளுக்குச் சூழ்நிலை முட்டுகளும், அடைய இயலாத இலக்கங்களும் காரணமாக உள்ளன. எனினும், இரண்டு சம வலிவுடைய ஊக்கிகள் பூர்த்தி பெற இயலாது ஒன்று மற்ருென்றுக்குத் தடையாக இருப்பதன் காரணமாக ஏற்படும் மனமுறிவே ஒருவனுக்கு மிகவும் துன்பத்தை அளிக்கிறது. கர்ட் லீவின் (Kurt Lewin) எனும் உளவியலார் இது போன்ற உளப் போராட்டங்களை மூன்று வகைகளாகப் பிரித் துள்ளார். அவைகள் முறையே அணுகுதல்-அணுகுதல் போராட்டம் (Approach-Approach Conflict), விலகுதல்-விலகுதல்

போராட்டம் (Avoidance - Avoidanc Conflict), அணுகுதல்-விலகுதல் போராட்டம் (Approach-Avoidance Conflict) என்பவைகள் ஆகும்.

அணுகுதல்-அணுகுதல் போராட்டம்

விருப்பத்திற்குரிய இரண்டு இலக்கங்களை ஒரே சமயத்தில் அடைய முயல்வதில் ஏற்படும் உள்ள நிலை அணுகுதல்-அணுகுதல் உளப் போராட்டம் எனப்படும். ஒருவன் அதிகப் பசி உடையவனாகவும் மிகவும் தூக்கம் உடையவனாகவும் இருப்பதை இந்த நிலைக்கு எடுத்துக்காட்டாகச் சொல்லலாம். இவை இரண்டையும் ஒரேசமயத்தில் பூர்த்தி செய்ய இயலாது போகிறான். இரு 'சினிமா'க் கொட்டகைகளில் ஓடும் சிறந்த இரு படங்களை ஒரே சமயத்தில் பார்க்க முயலுபவனின் உள்ள நிலை, அணுகுதல்-அணுகுதல் போராட்டத்திற்கு எடுகோளாகும். திட உள்ளம் உடையவர்கள் ஏதாவது ஒன்றைப் பூர்த்தி செய்துகொண்டு சமநிலையை எய்துகிறார்கள்.

விலகுதல்-விலகுதல் போராட்டம்

இரண்டு விரும்பத்தகாத இலக்கங்களில் ஏதாவது ஒன்றை அடைந்தே ஆகவேண்டும் எனும் நிலையிலுள்ளவர்களை விலகுதல்-விலகுதல் உளப் போராட்டத்திலுள்ளனர் எனலாம். வெறுக்கும் அதிகாரியின் கீழ் பணியாற்ற வேண்டும் அல்லது ஊதியமின்றிப் பட்டினி கிடக்கவேண்டும். இந்த நிலையிலுள்ளவர்களே விலகுதல்-விலகுதல் உளப் போராட்டத்திற்குச் சான்றாவர். 'பூதத்திற்கும் ஆழமுள்ள கடலுக்குமிடையே', 'சூடான கடாயுக்கும் நெருப்புக்குமிடையே' எனும் ஆங்கில முதுமொழிகள், இந்த உளப் போராட்டங்களையே எடுத்து விளக்குகின்றன.

அணுகுதல்-விலகுதல் போராட்டம்

மூன்றாவது வகை உளப் போராட்டம் அணுகுதல்-விலகுதலாகும். பசியுடைய குழந்தையை முதிர்ச்சிப் பருவத்தினர் 'சிற்றுண்டிக் கேளிக்கைக்கு' அழைத்துச் சென்றால் அது பசி விடாயால் உந்தப்பட்டுச் சிற்றுண்டி உள்ள மேசையை அணுக முயல்கிறது. அதேசமயம் கூடியுள்ளவர்கள் என்ன சொல்வார்களோ பெற்றோர்கள் தண்டிப்பார்களோ என்ற அச்சத்தால் அவ்விடத்தைவிட்டு விலக எண்ணுகிறது. இதுபோன்ற உள்ள நிலையிலுள்ளவர்களை அணுகுதல்-விலகுதல் போராட்டத்தில் உள்ளனர் என்று குறிக்கப்படும்.

மனமுறிவுத் தாங்கல்

உயிர் வாழ்வதற்கு இன்றியமையாத ஊக்கிகள் தொடர்ந்து பூர்த்தி அடையாமல் போனல் ஒருவன் மனமுறிவு பெறுகிருன். மனமுறிவுத் தாங்கலில் (frustration tolerance) மக்களுக்குள்ளேயே வேறுபாடுகள் உண்டு எனக் கண்டுள்ளார்கள். இவ்வகையில் முக்கியமானவர் சால் ரோசன்வியக் (Saul Rosenzweig) என்பவராவார். அவர் இத் துறையில் பரிசோதனைக்காக உபயோகித்த சோதனை மிகவும் முக்கியமானது. அவர் மனிதர்களைப் பாத்திரங்களாகக் கொண்டு மனமுறிவு உண்டாக்கும் நிகழ்ச்சிகளைப் பல படங்களாகச் சித்திரித்தார். சான்ருக, ஒரு சோதனை உருப்படி (item) பின்வருமாறு : எசமானிக்கு எதிரே விலையுயர்ந்த பூத்தாங்கி (flower vase) ஒன்றை வேலைக்காரி உடைத்துவிடுகிருள். இந்த நிலையில் எசமானி என்ன விடை அளிப்பாள் என்று படத்தில் குறிக்கவேண்டும். இது போன்ற மனமுறிவு உண்டாக்கும் நிகழ்ச்சிகளை உடைய உருப்படிகளைக் கொண்டு சோதனை செய்து மக்களின் ஆளுமைகளை ரோசன்வியக் நிர்மாணித்துள்ளார். அவர் கருத்துப்படி, மக்களை மூன்று வகையான ஆளுமைகள் உடையவர்களாக வகைப்படுத்தலாம் என்பதாகும். அஃதாவது, மனமுறிவு அடைந்தவர்கள் தங்கள் ஆக்ரமிப்பை (aggression) சூழ்நிலைப் பொருள்கள், மனிதர்கள் இவைகளின்மேல் செலுத்துபவர்களானல், அவர்கள் புறத்தாக்கிகளாவார்கள் (extrapunitive). ஆக்கிரமிப்பைத் தங்கள் மேலேயே செலுத்திக்கொள்பவர்கள் அகத்தாக்கிகளாவார்கள் (intrapunitive). மூன்ரும் வகையினரான தன்மைத்தாக்கிகள் (impunitive) மனமுறிவைப் பொருட்படுத்தாதவர்கள் ஆவார்கள்.

7. பிறழ்வான உள்ள நிலை

பலவிதமான காரணங்களினுல் உளநலம் பாதிக்கப்படுகின்றது. இவ்வாறு உளநலம் பாதிக்கப்பட்ட நிலையையே பிறழ்வான உள்ள நிலை என்று குறிக்கிறோம்.

பிறழ்வான உள்ளநிலை எவ்வெவ் வகை நடத்தைகளில் பிரதிபலிக்கிறது என்று அறிதல் அவசியம். சாதாரணமாக அச்சங்கள், சினம் போன்றவைகள் அடிக்கடி அதிக அளவில் ஒருவரிடம் காணப்படுவதிலிருந்து, தன் நினைவை முற்றிலும் இழந்து கட்டற்று நடந்துகொள்ளும் நிலை வரை பலவிதங்களில் உளப் பிறழ்வு நிலைகள் காணப்படுகின்றன. குறிப்பாக, உள நோய்கள் (neuroses) பலவும் சாதாரணமான மிகை நடத்தைகள் என்றே பொதுவாக நம்பப்படுகிறது. இத்தகைய நிலைகளில் இவ் உள நலக்குறைவு பலரது கருத்தைக் கவருவதே இல்லை. இதனுல் இவ் உளப் பிறழ்வு நிலையை உணர்ந்து அதற்குப் பரிகாரம் காணும் முயற்சியும் மேற்கொள்ளப்படுவதில்லை. இவ்வாறு உளநலக்குறைவினைப் புறக்கணித்தல் நாளடைவில் கடும் விளைவுகளை ஏற்படுத்துவது திண்ணம். மேலும் ஒருசில உளநலம் குன்றிய நிலைகள் ஒருவனது வெளி நடத்தையிலேயும் பலவிதமான மாறுதல்களை ஏற்படுத்துகின்றன. இத்தகைய நிலைகளையே உளப் பிணிகள் (psychoses) என்கிறோம்.

உளநோய்க் கூற்று ஆளுமை

உளநோய், உளப்பிணி போன்ற உளநலம் குன்றிய நிலைகள் மட்டுமன்றி வேறு பல உளப் பிறழ்வு நிலைகளையும் பலரால் இனம் கண்டுகொள்ள முடிவதில்லை. ஒருசிலர் சமூகத்திற்கு எதிரான செயல்களில் தொடர்ந்து ஈடுபட்ட வண்ணம் இருப்பதுண்டு. இத்தகைய நிலை சமூக எதிர்செயல் ஆளுமை (anti-social personality) என்று அழைக்கப்படும் உளப்பிறழ்வு நிலையால் ஏற்படுவதுண்டு. இது ஓர் ஆளுமை பாதிக்கப்பட்டநிலை

ஆகும். இத்தகைய உளநோய்க் கூற்று ஆளுமையை (psychopathic personality) நீதிமன்றங்கள், காவலர்கள், வழக்கறிஞர்கள் ஆகியோரால்கூட அறிந்துகொள்ள முடிவதில்லை. இத்தகைய குற்றவாளிகளைத் தண்டிப்பதனாலோ சிறையிலிடுவதாலோ எவ் விதப் பயனும் ஏற்படப்போவதில்லை. இவர்களுக்கு உளமருத் துவமே உகந்ததோர் தீர்வு ஆகும்.

வேறு சில உளநலம் குன்றிய நிலைகள் நுண்ணறிவு மிகக் குறைவாகப் பெற்றிருப்போரிடம் காணப்படுகின்றன. நுண்ணறிவு குன்றியவர்களால் பொதுவாக அனைவரையும்போல் நடந்து கொள்ள இயலாது. இவர்களால் புதியவற்றைக் கற்றுக்கொள்ள முடிவதில்லை; புரிந்துகொள்ளவும் முடிவதில்லை. இத்தகைய நிலைகளைக் குழந்தைப் பருவத்திலேயே கண்டுபிடித்து உரிய சிகிச்சைகள் அளித்தால்தான் ஓரளவாவது இவர்களை இந்நிலை களிலிருந்து மீட்க இயலும். முற்றிய நிலைகளில் நுண்ணறிவு குன்றிய நிலை காணப்படின், அவர்களைப் பிற இயல்பான குழந்தை களிடமிருந்து பிரித்து இவர்களுக்கெனத் தனியாக நடத்தப்படும் பள்ளிகளிலும் விடுதிகளிலும் சேர்ப்பதே சிறப்பு.

உள-உடற் கோளாறுகள்

மேற்கூறிய உளநிலைகள் மட்டுமன்றி வேறுசில பிறழ்வு நிலை களும் நம்மிடையே பரவிக் காணப்படுவதுண்டு. ஒருசில உடற் கோளாறுகளில் உள்ளத்தைச் சார்ந்த காரணங்கள் இடம் பெறுவ துண்டு. குறிப்பாக ஆஸ்துமா, பெப்டிக் அல்சர், காக்கை வலிப்பு, நீடித்த தலைவலி போன்ற பல கோளாறுகளிலும் மன வெழுச்சி அடிப்படைக் காரணமாக இருப்பதுண்டு. இத்தகைய உளநலம் குன்றிய நிலைகளையே நாம் உள-உடற் கோளாறுகள் (psychosomatic disorders) என்று குறிக்கிறோம். இவ் உள-உடற் கோளாறுகள்பற்றிப் புரிந்துகொள்ளவும் உளநலம் குன்றிய நிலைகள்பற்றிய பொதுவான அறிவு அவசியம்.

இறுதியாக விபசாரம், மிகையாகக் குடித்தல் (prostitution, alcohalism) போன்றவற்றில் ஈடுபடலும் உளநலம் குன்றியமை யையே குறிப்பதாகும். எனவே, இவற்றை உணர்ந்துகொள்ளவும் உளநலம் குன்றிய நிலைபற்றி அறிந்துகொள்வது அவசியம்.

உளநலம் குன்றிய நிலைகள் மேற்கூறியவாறு பல விதங்களில் வெளிப்படுகின்றன. இனி ஒவ்வொரு நிலைகள்பற்றியும் குறிப்பாகக் கூறுவோம்.

உளநோய்கள் (Neuroses)

உளப்பிறழ்வு நிலைகளுள் முக்கியமான பிரிவுகளில் ஒன்றே உள நோய்கள் ஆகும். உள நோய்கள் பல விதங்களில் காணப்படு கின்றன. அவற்றுள் முக்கியமானவை ஹிஸ்டீரியா (hysteria), டைஸ்தைமியா (dysthymia) எனப்படுகின்றன. 'ஹிஸ்டீரியா' எனும் சொல் கிரேக்கத்தில் 'யுடிரஸ்' (uterus) என்ற சொல்லின் அடிப்படையில் எழுந்ததாகும். 'யுடிரஸ்' என்றால் கருப்பை என்று பொருள். மணவாழ்வில் மனமுறிவுற்ற கருப்பை உடல் முழுவதும் சுற்றுகிறது என்றும் அதனாலேயே இத்தகைய உளக் கோளாறு ஏற்படுகிறது என்றும் கிரேக்கர்கள் நம்பிவந்ததையே இச் சொல் அடிப்படையாகக் கொண்டிருக்கிறது. உண்மையில் இக் கோளாறு ஆண்களிடமும் காணப்படுகிறது. ஹிஸ்டீரியாவை மேலும் இரு பிரிவுகளாகப் பகுத்துள்ளனர். அவையே மாற்றுநிலை ஹிஸ்டீரியா (conversion hysteria), பீதிநிலை ஹிஸ்டீரியா (anxiety hysteria) என்பன ஆகும். மாற்றுநிலை ஹிஸ்டீரியாவில் உள்ளத் தில் ஏற்படும் உளப்போராட்டங்கள், மனவெழுச்சிக் குமுறல்கள் ஆகியவை உடல் (நோய்) அறிகுறிகளாக மாறி வெளிப்படு கின்றன. இத்தகைய வேளைகளில் உடல் உறுப்புகள் உடலளவில் பாதிக்கப்படாதிருக்கும்போதும் உடல் உறுப்புகள் தம் செயல் திறனை இழக்கின்றன. இந்நிலைக்குப் பல சான்றுகள் கூறலாம். கண் எந்த அளவும் பாதிக்கப்படாத நிலையில் இத்தகைய நோயாளி கண்பார்வையை இழக்கிறான்; கைகால், எந்தவிதத் திலும் பழுதடையாத நிலையில்கூட இவ்வகை ஹிஸ்டீரியா நோயாளியால் அவற்றைப் பயன்படுத்த இயலுவதில்லை. இவ் வாறு உறுப்புகள் உடல் அளவில் பாதிக்கப்படாதிருக்கும் நிலை யில் உளநலன் குன்றிய நிலையில் செயல்பட இயலாது போவ தனையே மாற்றுநிலை ஹிஸ்டீரியா குறிக்கிறது. அடுத்த வகையான பீதிநிலை ஹிஸ்டீரியாவும், உளப் போராட்டங்களும் உணர்ச்சிக் குமுறல்களும் ஒருவரது உள நிலையை பாதிப்பதையே குறிக் கிறது. இவ் வேளைகளில் ஒருவன் எப்போதும் பரபரப்பு மிக்கவ னாகவே காணப்படுகிறான். ஏதோ ஒன்று நிகழவிருக்கிறது என்று எப்போதும் அஞ்சியவண்ணம் இருக்கிறான். ஆனால், தன் அச்சம் வெளிப்படையாகக் காணப்படும்போது பொருளற்றது என்று அவனுக்குத் தெரிகிறது. தான் அஞ்சுவது எவ்வளவுதான் பொருத்தமற்றது என்று தனக்குத்தானே அறிவுரை கூறிக் கொண்டாலும் இவனால் தனது பீதிகளினின்று தப்பமுடிவதில்லை. இத்தகைய நிலைகள் ஒருவனின் ஆளுமை பாதிக்கப்படுவதனை எடுத்துக்காட்டுகின்றன.

டைஸ்தைமியா

சைக்கோஸ்தெனியா (psychosthenia) என்று பண்டைக்கால உளவியலரால் குறிக்கப்பட்ட பிறழ்வு நிலைகளையே இன்று டைஸ் தைமியா (dysthymia) என்று கூறுகிறோம். மனநிலைக் கோளாறு கள் (mood disorders) என்பதே டைஸ்தைமியா என்பதன் பொருள் ஆகும். பல்வகைப்பட்ட கிலிகள் (phobias), கவலைநிலை கள் (anxiety states) போன்றவற்றையே இந்நிலை குறிக்கிறது. விலங்குகளைக் காண கிலி, நீரைக் காண கிலி, உயர்ந்த இடங் களுக்கான கிலி, குறுகிய இடங்களுக்கான கிலி போன்ற பல வகை கிலிகளும் இப் பிரிவைச் சார்ந்த கோளாறுகளே.

டைஸ்தைமியா உச்சநிலையடையும்போது நோயாளியால் எந்தத் தொழிலிலும் ஈடுபட இயலுவதில்லை. அத்துடன் உடற் கோளாறுகள் பலவும் இந்நிலையில் அடிக்கடி தோன்றுவதுண்டு. இந்நிலையைக் கவலை எதிரியக்கம் (anxiety reaction) என்று குறிப்பர். கவலை எதிரியக்கத்தின் உச்சநிலைகளில் உளக்கிளர்ச்சி, கிலி, வயிற்றுக் கோளாறு, தொடர்ந்து வயிற்றுப்போக்கு ஏற்படுதல் போன்ற உடலறிகுறிகள் தோன்றுகின்றன. டைஸ்தைமியாவின் ஒரு நிலையே ஹைபபோகாண்டிரியாசிஸ் (hypochondriasis) எனப்படும் உளக்கோளாறாகும். இந்நிலையினர் எப்போதும் தங்கள் உடல் ஆரோக்கியத்தில் அளவுகடந்த அக்கறை காட்டுவார்கள். அன்றி யும் எப்போதும் தங்கள் உடலுறுப்புகளில் ஒன்று எங்கேயாவது பாதிக்கப்பட்டிருப்பதாகவே நம்புகின்றனர். இதனுல் ஒவ்வொரு மருத்துவராகச் சென்று பார்த்துக்கொண்டே இருப்பர். தகுந்த உள மருத்துவரை அடைந்தாலன்றி இவர்கள் மருத்துவர்களைத் தொடர்ந்து காணச் செல்வதும் குறையப்போவதில்லை; நோயும் குணமாகப் போவதில்லை.

டைஸ்தைமியாவில் காணப்படும் மற்ருெரு வகையே நரம்பு சார் சோர்வுநிலை (neuresthenia) ஆகும். இச் சோர்வு நிலைக்கு உளநிலையே முக்கியக் காரணம் ஆகும். இந்த நிலையில் ஒருவன் கை கால் நடுக்கம், ஓயாத அயர்ச்சி, இரவில் தூக்கமின்மை,எதிலும் சோர்வு, எப்போதும் களைப்பு ஆகியவற்ருல் அவதியுறுகிருன். இந் நிலைக்கும் அடிப்படைக் காரணம் அவனது உள்ளமே.

மேலே விவரித்த இரு வகையான உளக்கோளாறுகள் மட்டு மன்றி வேறுவகையான உளக்கோளாறுகளும் உண்டு. இவற் றையே வலுக்கட்டாயங்கள் (compulsions), பீதிகள் (obcession) என்றும் கூறுவர். முதல் நிலையில் ஒருவன் பலவிதமான வலுக் கட்டாய நடத்தைகளில் ஈடுபடுகிருன். இவற்றில் இவ்வாறு ஈடு

படுவதனை அவன் நனவு நிலையில் விரும்புவதே இல்லை. இருப்பினும், அவனால் அவ்வகை வலுக்கட்டாயங்களிலிருந்து விடுபட இயலுவதே இல்லை. ஒரு சிலர் மாடிகளில் ஏறும்போது படிகளை எண்ணிக் கொண்டே செல்வதையும், வேறு சிலர் சாலையில் உள்ள விளக்குக் கம்பங்களை எண்ணியவண்ணம் போவதனையும் இவ் வலுக்கட்டாய நடத்தைகளுக்குச் சான்றுகளாகக் கூறலாம். பீதிகள் நச்சரிப்பு எண்ணங்களைச் சுட்டுகின்றன. இந்நிலையில் சில விரும்பத்தகாத எண்ணங்கள் மீண்டும் மீண்டும் ஒருவனிடம் ஏற்பட்டு அவனைத் துன்புறச் செய்கின்றன. பல வேளைகளில் இவ் உபயோகமற்ற எண்ணங்கள் தூக்கத்தைத் தடுப்பனவாக இருப்பதுண்டு. இவைகளும் உளக்காரணங்களின் அடிப்படையிலேயே ஏற்படுகின்றன.

உள நோய்கள் (Psychoses)

முற்றிய நடத்தைக் கோளாறுகளாக அனைவராலும் எளிதில் கண்டுகொள்ளக்கூடிய உளநலன் குன்றிய நிலைகளே உளநோய்கள் ஆகும். உளநோய்களைப் பொதுவாக இரு வகைகளாகப் பிரிக்கலாம். தலைமை நரம்பு மண்டலத்தில் எவ்வித நோயும் இல்லாதபோது ஒருவன் அடையும் உள நோய்களைச் செயல்நிலை உளநோய்கள் (functional psychoses) என்கிறோம். தலைமை நரம்பு மண்டலம், முக்கியமாக மூளையின் உறுப்புகள் பாதிக்கப்பட்ட நிலையில் ஒருவனிடம் உண்டாகும் உள நோய்களை உறுப்புநிலை (organic) உளநோய்கள் எனலாம்.

செயல்நிலை உளநோய்களை வெறி-சோர்வு உளநோய் (Manic-depressive Psychosis), பேரனுயா (Paranoia), பித்துநோய் (Schizophrenia) என முப்பெரும் பிரிவுகளாகப் பகுக்கலாம்.

வெறி-சோர்வு உளநோய் (Manic-depressive psychosis)

இத்தகைய நோய்நிலையில் நோயாளி இரண்டு முரண்பட்ட மனநிலைகளுக்கு மாறிமாறிச் செல்கிறார். ஓரோர் வேளைகளில் ஆற்றல் மிகுந்தவராக அலைகிறார். வேறு வேளைகளில் சோர்வு மிக்கவராகக் களைத்துத் துவள்கிறார். இந் நோயினர் ஆற்றல் மிக்க நிலையில் ‘வெறி’ பிடித்தவர்போற் பல செயல்களில் சளையாது ஈடுபடுகின்றனர். கூத்தாடுகின்றனர்; பாடுகின்றனர்; கூச்சலிட்டுத் திரிகின்றனர். இவ்வகை நடவடிக்கைகள் பிறருக்குத் தீங்கு விளைவிப்பதாகவும் அமைவதுண்டு. பொருள்களை அழிப்பதிலும், பிறரைத் தூற்றுவதிலும், மற்றவர்களைத் தாக்குவதிலும் இந் நோயினர் ஈடுபடுவதுண்டு. இதே நோயாளிகளே சோர்வு

நிலையில் மிகவும் வாடித் துவண்டு கிடப்பதுண்டு. இந்நிலையில் கவலையால் பீடிக்கப்பட்டு, குற்ற உணர்ச்சியுடன் அவதியுறுகின்றனர். சோர்வு நிலை முற்றிய வேளைகளில் நீர் அருந்தவும் முற்படுவதில்லை. ஆடைகளைக்கூட அணிய மறுப்பதுண்டு. இவ்வேளைகளில் இவர்கள் தற்கொலை செய்துகொள்ளவும் துணிவதுண்டு.

பேரனுயா

இல்பொருட் காட்சிகள், மருட்சிகள் (hallucinations, delusions) ஆகியவையே பேரனுயா (paranoia) எனும் உளப்பிணியின் முக்கிய அறிகுறிகளாகும். இத்தகைய பிணிவாய்ப்பட்டவர்கள் ஓசைகளையும் குரல்களையும் கேட்பதாக மருட்சியடைகின்றனர். எதிரில் எவரும் இல்லாதபோதுகூட ஆள்கள் பலர் எதிரே இருந்து தம்மை அச்சுறுத்துவதாக இந் நோயாளிகள் பிரமை அடைகின்றனர். அசரீரி தங்களை அழைப்பது போன்றும் ஒருசில கட்டளைகளை இடுவது போன்றும் இவர்களுக்குத் தோன்றுகிறது. இத்தகைய அசரீரிகளுடன் இவர்கள் உரையாடுவதும் உண்டு. பலர் 'கடவுளை நேரில் காண்பது போன்றும் கடவுள் அவர்களிடம் பேசுவது போன்றும்' உணர்கின்றனர். பேரனுயாவில் காணப்படும் மருட்சிகளுள் 'பெருமதிப்பு மருட்சி' 'துரத்துதல் மருட்சி' ஆகியவை குறிப்பிடத்தக்கவை. இத்தகைய நோயாளிகள் தங்களிடம் சிறந்த வசீகரம் இருப்பதாக நம்புகின்றனர். தான் உலகிலேயே பெருமதிப்புமிக்கவர்கள் என்று உறுதியாக எண்ணுகிறுர்கள். இந்நிலையில் அவர்கள் தங்களை 'நெப்போலியன்', 'காந்தி', 'நேரு', கடவுளின் மறுபிறப்பு என்றெல்லாம் கருதிக்கொள்வதுண்டு. இதனடிப்படையில் அவர்கள் கம்பீரமாக நடக்க ஆரம்பிக்கின்றனர். துரத்துதல் மருட்சி கொண்ட பேரனுயாவினர் தங்கள் வசீகரத்தில் பொறுமை கொண்ட பலரும் தங்களைத் துரத்தி வருவதாக முழுமையாக நம்புகிறுர்கள். தங்களை ஒழித்துவிட அனைவரும் சதி செய்வதாக எண்ணி அதன்படி நடக்கிறுர்கள். இவ்வகை மருட்சிக்குட்பட்ட ஒரு நோயாளி சந்திர மண்டலத்திலிருந்து மிக நுணுக்கமான விஞ்ஞானக் கருவிகளைக் கொண்டு தனது சிந்தனைகளைக் கட்டுப்படுத்தப் பலர் முயல்வதாக உறுதியாக எண்ணிவந்திருக்கிறுர். இவ்வாறு நம்புவதால் தம்மைச் சுற்றியுள்ளவர்கள் அனைவரும் சதியாளர்களாகவோ, சதிக்கு உடந்தையானவர்களாகவோ இருப்பதாக நம்புகிறுர்கள். இதனுல் எல்லோரிடமும் கொடுமையாகவும் ஆக்கிரமிப்போடும் நடந்துகொள்கிறுர்கள். இவ்வளவில் புறத்தெறிதல் (projection) மிகக் கடுமையாக இருக்கும்.

பித்துநோய்

ஸ்கிஸோப்ரினியா (Schizophrenia) எனும் ஆங்கிலச் சொல்லிற்கு இணையான கலைச்சொல் பித்துநோய் என்பதாகும். உள்ளம் பிளவுபடுதல் என்பதே 'ஸ்கிஸோப்ரினியா' என்பதன் பொருள். உணர்ச்சி விண்ட நிலையை இந்நோய் குறிக்கிறது. இந்நோயின் முக்கிய அறிகுறி உண்மையான வாழ்வினின்று பின்வாங்குதல் ஆகும். இந்நோயினர் வெளி உலகை மறந்து தங்கள் 'கனவுலகில்' வாழத் துவங்குகின்றனர்.

பித்து நோய் குமரப்பருவ அளவில் தோன்றும் நோய் என்ற நம்பிக்கை பலகாலம் நிலவியிருக்கிறது. இந் நம்பிக்கையின் அடிப்படையிலேயே இப் பொருள்படும் டெமன்ஷியா பிரீகாக்ஸ் (dementia praecox) என்று இந்நோயைக் குறிப்பிட்டிருக்கின்றனர். பித்துநோய் பாரனாய்ட் (Paranoid) பித்துநோய், எளிய வகைப் பித்துநோய் (Simple Schizophrenia), காட்டடானிக் (Catatonic) பித்துநோய், ஹெபிஃபிரேனிக் (Hebephrenic) பித்துநோய் என நான்கு முக்கிய வகைகள் ஆகும். முதல்வகைப் பித்துநோயின் அறிகுறிகள் பேரனுயா உள நோய்க்குள்ள அறிகுறிகளான இல்பொருட் காட்சிகள், மருட்சிகள் ஆகியவையே. ஆனால், பாரனாய்ட் இல்பொருட்காட்சிகளும் மருட்சிகளும் பொதுப்படையானவையாகவே இருக்கும்; பேரனுயாவிலோ குறிப்பிட்ட பொருள்கள், மனிதர்கள் ஆகியோரைச் சார்ந்ததாக இருக்கும்.

எளிய பித்து நோயின் முக்கிய அறிகுறி வாழ்க்கையில் விருப்பு இன்மையாகும். மக்கள்மீதும் உடைமைகள்மீதும் பற்றற்று இருப்பது இன்னோர் அறிகுறியாகும். இந் நோயினரால் பிறருடன் பழக முடிவதில்லை; நாடோடிகளாக இவர்கள் திரிவதுண்டு.

பித்து நோயில் கொடூரமானது காட்டடானிக் பித்து நோயாகும். இது பிற உளநோய்கள் போன்று மக்களிடம் வெகுவாகக் காணப்படுவதில்லை. இந் நோயினர் முரணுகச் (negativistic) செயல்படும் போக்குக் கொண்டவர்களாயிருப்பார்கள். காட்டடானிக் எனும் ஆங்கிலச் சொல்லின் பொருளுக்கு ஏற்றவாறு இவர்கள் உடல் தசைநார்கள் விறைப்பு மிக்கு இருக்கும். இத்தகைய விறைப்பு இரு முரண்பட்ட வகைகளில் காணப்படுகிறது. ஓர் நிலையில் தசைநார்கள் மெழுகு போன்ற நெகிழ்ச்சியும் திடமும் கொண்டு காணப்படுகின்றன. சாதாரணமாகக் கையில் உள்ள சதையைப் பற்றி இழுத்து வளைத்துவிட்டால் அதே புடைத்து வளைந்த நிலையில் பல மணி நேரங்கள் அத் தசைநார்கள் இருப்ப

துண்டு. இன்னுமொரு நிலையில் நோயாளி விறைத்த கட்டை போல் கொஞ்சமும் வளையாது கிடப்பதுண்டு. இந்நிலையில் அவனது தலைக்கும் பாதங்களுக்கும் மட்டும் முட்டுக் கொடுத்து விட்டால் அதே நிலையில் அவனால் இருக்க முடியும்.

பித்து நோயின் நான்காவது வகை ஹெபிஃப்ரெனிக் வகை யாகும். இந் நோயினர் குழந்தைபோல் சிரிக்கவும் நடக்கவும் செய்கின்றனர். சந்தர்ப்பச் சூழ்நிலைகளுக்கு ஏற்ற மெய்ப்பாட்டு நிலை இவர்களிடம் காணப்படுவதில்லை. இந் நோயாளி தன் தந்தை யின் உயிருக்கு நேர்ந்த ஆபத்தை விவரிக்கும்போது 'மகிழ்ச்சி யுடன்' சிரிக்கிறான்.

உறுப்புநிலை உளநோய்

உறுப்புநிலை உளநோய் (organic psychosis), செயல்நிலை உள நோய்களுக்கு எவ்வித உடற் காரணங்களும் இதுவரை கண்டு பிடிக்கப்படவில்லை. அன்றியும் செயல்நிலை உளநோய்கள் மரபு வழி ஒருவனிடம் உண்டாகலாம் என்பதற்குப் பரிசோதனை ஆதா ரங்கள் உள்ளன. ஆனால், உறுப்புநிலை உளநோய்கள் அனைத்திற் கும் உடலில் ஏற்படும் மாறுதல்களோ சேதமோ காரணமாக இருப்பதாகத் திட்டவட்டமாக அறியப்பட்டுள்ளது. உறுப்பு நிலை உளநோய்களுள் முதிர்ச்சிப் பருவ இறுதி விசன நிலை (involutional melancholia), மூப்பு உளநோய் (senile psychosis), மது விளைவு உளநோய் (alcoholic psychosis) போன்றவை முக்கிய மானவை.

முதிர்ச்சிப் பருவம் (adulthood) முற்றுப்பெறும் நிலையில் பால் கவர்ச்சி முடிவு பெறுகிறது. அதாவது, ஆண்களும் பெண்களும் தங்கள் பால் கவர்ச்சியின் இறுதியை அடைகின்றனர். குறிப்பாகப் பெண்களுக்கு 'மாதப் போக்கு' நிற்கிறது. இதனால் இவர்களுக்கு விசனநிலை ஏற்படுகிறது. இந்நோயின் முக்கிய அறிகுறி விரக்தி நிலையாகும். அன்றியும் இவர்கள் பிறர்மேல் காரணமின்றி ஐயப் படுவதும் ஏசுவதும் உண்டு. இந் நோய்நிலை ஓரிரண்டு மாதங் களோ அல்லது ஆண்டுகளோ இருந்து இயற்கையாகவே குண மடைந்துவிடுவதுண்டு.

மூப்பு உளநோயின் முக்கிய அறிகுறி நினைவு தவறுதலாகும். இந் நோயினரிடமும் இல்பொருட்காட்சிகள் காணப்படுவதுண்டு. இவர்கள் தமக்குத்தாமே பேசிக்கொள்வதும் தாம் கூறியவற்றை உடனடியாக மறந்துவிடுவதும், தாங்கள் கூறாதவற்றை கூறியது போல் எண்ணி வாதிடுவதும் இயற்கை. இவர்கள் காலம், இடம் ஆகியவற்றுடன் தொடர்பு அற்றவர்களாக இருப்பதுண்டு.

எப்போதும் தொடர்ந்து மது அருந்துபவர்கள் அடையும் உளநோயும் மூப்பு உளநோயின் அறிகுறிகளைக் கொண்டிருக்கும். ஆனால், இந் நோய்க்கென்றே சில பிரத்தியேக அறிகுறிகளும் இருப்பதுண்டு.

மூப்பு உளநோய்க்கும் மது உளநோய்க்கும் பொதுவான காரணம் மூளை சேதமடைந்திருப்பதே. முதியவர்களின் மூளையில் உள்ள நரம்புகள் கனத்துப்போவதால் இரத்த ஓட்டமின்றி அவைகளின் இயக்கம் குறைய அவர்கள் மேலே கூறிய அறிகுறிகளை அடைகின்றனர். மது அருந்துவோர் மதுவால் மூளை தாக்கப் படுவதனால் பாதிக்கப்பட்டு இந் நோயை அடைகின்றனர்.

மேற்கூறிய உள நோய்கள் அன்றி மூளைவாத உளநோய் (general paresis) எனும் ஓர்வகை உளநோயும் உண்டு. இது மேக நோயின் (sypilis) காரணமாக உண்டாகிறது. மேக நோய்க் கிருமிகள் மூளைக்குச் சென்று மூளையைச் சிறிது சிறிதாக அழித்து விடுவதன் காரணமாக இந் நோய் ஏற்படுகிறது. இந்நோயிலும் முக்கிய அறிகுறியாக 'பெருமதிப்பு மருட்சி' (delusions of grandeur) ஏற்படுவதுண்டு. மேக நோயினை குணப்படுத்தத் தற் போது பலவகை மருந்துகள் கிடைப்பதால், இந் நோய் இன்று அவ்வளவாகக் காணப்படுவதில்லை.

சமூக எதிர்ச்செயல் ஆளுமை

குற்றவாளிகளைப் பற்றிய உளவியல் ஆராய்ச்சிகள், தொடர்ந்து குற்றங்களில் ஈடுபட்ட வண்ணம் இருப்பவர்கள் மிகச் செறிவான ஆளுமைக் குறைபாடு கொண்டிருப்பதாக எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. இத்தகைய குறைபாடு கொண்ட ஆளுமையே உளநோய்க்கூற்று ஆளுமை (psychopathic personality) ஆகும். இத்தகைய ஆளுமை கொண்டோரிடம் 'மனச்சாட்சி' என்பதே இருப்பதில்லை. சமூகத்தைப்பற்றி இவர்கள் கவலைப் படுவதே இல்லை.

இந்நிலையினர் பொதுவாக வசீகரமானவர்களாயிருக்கின்றனர். எவருடனும் எளிதில் பழகக்கூடியவர்களாயுள்ளனர். பொது வாக இவர்களிடம் நுண்ணறிவும் அதிகமாக இருப்பதுண்டு. கவர்ச்சியாகப் பேசக்கூடியவர்களாக இவர்கள் காணப்படு கின்றனர். பல வேளைகளில் பலவிதத் தனித் திறமைகள் மிக்க வர்களாகவும் இவ்வாளுமையினர் இருக்கின்றனர்.

இத்தகையவர்கள் யாரிடமும் நன்றி பாராட்டுவதில்லை. எவரிடமும் இவர்களுக்கு ஒட்டுதல் கிடையாது. எவரிடமும் இவர்கள் விசுவாசமாக நடந்துகொள்வதில்லை. மனைவி மக்களையும் எளிதில் புறக்கணிக்கக்கூடியவர்கள். இவர்களுக்கு உண்மையில் அன்பு, பற்றுதல் ஆகிய மெய்ப்பாடுகளே இருப்பதில்லை.

நுண்ணறிவும், திறமைகளும் நிரம்பப் பெற்றிருந்தாலும், இவர்களால் வாழ்க்கையில் 'வெற்றி' பெற இயலுவதில்லை. இவரது வாழ்க்கை எப்போதும் சீரழிந்தவண்ணம் இருக்கும். எந்தச் செயலிலும் இவர்கள் நீடித்து ஈடுபடுவதில்லை. எனவே, எதனையும் இவர்களால் முழுமையாகச் செய்ய முடிவதில்லை; இவர்கள் வாழ்வில் தோல்வி தொடர்ந்த வண்ணம் இருக்கும். உண்மையில் இவர்களது வாழ்வு முறையே தோல்விகளைத் தொடர்ந்து ஏற்படுத்தக் கூடியதாக இருக்கும். பொருளாதாரத்தில் இவர்கள் ஒழுங்காக நடந்து கொள்வதில்லை. கடன்மேல் கடனாக வாங்குவார்கள்; ஆனால், கடனைத் திருப்பித் தருவதுபற்றி எண்ணுவதும் இல்லை, திட்டமிடுவதும் இல்லை; இந்நிலை குறித்து வருந்துவதுமில்லை. குடி, சூதாட்டம் ஆகியவற்றில் இவர்கள் முழுநேரமும் செலவிடுதல் உண்டு.

உளநோய்க் கூற்று ஆளுமை மெய்ப்பாட்டுக் கோளாறாகும். உண்மையான மனவெழுச்சிகள் இல்லாமையே இத்தகைய ஆளுமைக்கு அடிப்படைக் காரணம். அன்றியும் இவர்களது நரம்பியல் அமைப்பு இவர்கள் முறையாகக் கற்பதற்கு உதவாத வண்ணம் அமைந்திருக்கிறது.

உள–உடற் கோளாறுகள்

பிறழ்வான மெய்ப்பாட்டு நிலை தொடர்ந்து ஒருவனிடம் ஏற்பட்டால் அதன் விளைவாக உடற் கோளாறுகள் ஏற்படுவதுண்டு. இவ்வாறு மெய்ப்பாட்டின் அடிப்படையில் ஏற்படும் உடற் கோளாறுகளையே உள–உடற் கோளாறுகள் என்கிறோம்.

மெய்ப்பாட்டிற்கும் நரம்பு மண்டலத்திற்கும் உள்ள தொடர்பு பற்றி முன்பே கூறியுள்ளோம். அதேபோல் மெய்ப்பாட்டு நிலைகள் உடல் மாறுதல்கள் பலவற்றை ஏற்படுத்துகின்றன என்றும் விவரித்திருக்கிறோம். இவ்வாறு மெய்ப்பாட்டின் அடிப்படையில் தானியங்கு மண்டலம் தொடர்ந்து தூண்டப்பட்டால், இத்தகைய தூண்டல் காரணமாக உடலின் முக்கிய உறுப்புகளில் மாறுதல்கள் ஏற்படுகின்றன. நாடியின் வேகம், இரத்த அழுத்தம் ஆகியவை மிகைப்படுகின்றன. மூச்சுவிடுவதில் தடை, சீரணக் கோளாறுகள்,

வயிற்றுப் போக்கு முதலியவை உண்டாகும். அதாவது, ஒருவர் கவலை, பீதி படர்ந்த சூழ்நிலையில் தொடர்ந்து ஈடுபட வேண்டி யிருந்தால் அவரிடம் இத்தகைய கோளாறு தோன்றக்கூடும். சான்ருக, இந் நிலைகளில் பெருங்குடல் சிறுகுடல் ஆகியவை மிகையாகச் சுருங்கி விரியத் துவங்குகின்றன. இதனுல் மலக்கழிசல் ஏற்படுகிறது. மலக்கழிசல் தொடர்ந்து ஏற்பட்டால், வயிற்றி லுள்ள பெருங்குடல் வளைவு (colon) புண் அடைகிறது. இதனையே கொலைடிஸ் (colitis) எனும் உள-உடற்கோளாறு என்று குறிப்பிடுகிருேம். உடல்-உளக் கோளாறுகளை உளவியலர், உடலியலர் ஆகிய இருவரும் இணைந்தே குணப்படுத்த முடியும்.

உளத்திறன் பற்ருக்குறை (Mental deficiency)

நுண்ணறிவு மிகக்குறைந்து உளநலம் குன்றிய நிலைகளில் உள்ளவர்களையே உளத்திறன் பற்ருக்குறையினர் என்றழைக் கிருேம். நுண்ணறிவு ஈவின் அடிப்படையில் இவர்களை மூன்று வகையினராகப் பிரிக்கலாம். அம் மூன்று பிரிவினர் பேதை (moron), நனிபேதை (imbecile), பித்தன் (idiot) எனப்படுவர்.

பேதைகள் சாதாரணமாக நுண்ணறிவு ஈவு 50-லிருந்து 70 வரை உடையவர்கள். இவர்களில் பெரும்பாலோர் சமூகத்தில் ஒரு சாதாரண மனிதனைப்போல் நடந்துகொள்ள முடியும். பொது வாக இவர்களுக்கு மேற்பார்வையாளர்கள் இருப்பது நல்லது. இல்லையேல் அவர்கள் பணத்தையெல்லாம் செலவழித்துக் கடன் காரர்கள் ஆகிவிடுவார்கள். சமூகத்திற்கு மாருன செயல்களில் எளிதாகவும் ஈடுபட்டுவிடுவார்கள். பேதைப் பெண்களை எளிதாக ஏமாற்ற முடியும்.

நனிபேதைகள் நுண்ணறிவில் பேதைகளுக்கு அடுத்தபடியாக உள்ளவர்கள். இவர்களது நுண்ணறிவு ஈவு 20-லிருந்து 50 வரை இருக்கும். இவர்களால் தாமாகவே எந்த வேலையையும் செய்ய முடியாது. இவர்களுக்கு மேற்பார்வை இன்றியமையாதது. இத் தகைய மேற்பார்வை தனிப்பட்ட பள்ளி, விடுதி இவைகளில் தான் அளிக்க முடியும். கற்பதற்கான திறன் அவனிடம் மிகவும் குறைவு. எனவே, எழுதுதல், படித்தல் போன்றவைகளில் அவனுக்குப் பயிற்சி அளிப்பது வீணே.

பித்தன் மிகவும் குறைவான நுண்ணறிவு ஈவை உடையவன். இவனுடைய நுண்ணறிவு ஈவு சுமார் இருபதுக்கும் குறைவானது. இவனுல் ஒரு வேலையும் செய்ய இயலாது. விபத்திலிருந்து தன்னைக் காப்பாற்றிக் கொள்ளவும் அவனுக்குத் தெரியாது.

நெருப்பில் கை வைப்பதும் ஆழமான நீரில் இறங்கிவிடுவதுமான செயல்களைச் செய்வான்; குளிக்கவோ உடை உடுத்தவோ அறியான். பித்தர்களில் மிகவும் மோசமானவர்கள் உணவு உண்ணவும் அறியார்கள்.

அறிவீனம் பல காரணங்களால் ஏற்படுகிறது. பரம்பரை வழியாக அறிவீனம் ஏற்படுவதும் உண்டு. கை, கால் இழுப்புக்கும் (epilepsy), அறிவீனத்திற்கும் தொடர்பு உண்டு. ஏதோ காரணமாக மூளைக்குச் சேதம் ஏற்பட, அதனுல் இழுப்பு உண்டாவது இயற்கை. அறிவீனம் ஏற்படுவதற்கு மற்ருெரு முக்கிய காரணம் உண்டு. குழவிப் பருவத்திலும் குழந்தைப் பருவத்திலும் ஏதோ ஒரு காரணமாக மெய்ப்பாடுகள் இயற்கை வழியில் வளர்ச்சி அடையவும் வெளிப்படவும் தடை ஏற்படுவது உண்டு. இதனுல் நுண்ணறிவு வளர்ச்சியும் தடைப்பட்டு ஒரு நிலையில் நின்றுவிடுவது உண்டு. இத்தகைய காரணத்தால் ஏற்படும் அறிவீனத்தை உளச் சிகிச்சை முறைப்படி ஓரளவுக்குப் போக்க முடியும்.

பகுதி மூன்று

வளர்ச்சியும் உளநலமும்

8. மரபுநிலையும் உளநலமும்.
9. தாய்வயிற்றுச் சூழலும் உளநலமும்.
10. குழந்தைப் பருவத்தின் முக்கியத்துவம்.
11. குழந்தை வளர்ச்சி.
12. குழந்தைப் பருவத்துச் சிக்கல் மிகுந்த சூழல்கள்.
13. குழந்தைப் பருவப் பிரச்சினைகளும் தீர்வும்.
14. குமரப்பருவ வளர்ச்சியும் உளநலமும்.
15. முதிர்ச்சிப் பருவமும் உளநலமும்.
16. முதியோர் பருவமும் உளநலமும்.

8. மரபுநிலையும் உளநலமும்

மனித வளர்ச்சிப் பருவங்கள்

மனித வளர்ச்சியினை நான்கு பருவங்களாக வகுத்துக் கூறுதல் இயல்பு. குழந்தை கருவாக உருவெடுத்ததினின்று பால் முதிர்ச்சி அடையும் வரை உள்ள காலத்தினை நாம் குழந்தைப் பருவம் என்று கூறுகிறோம். பால் முதிர்ச்சி அடைந்த காலத்தினின்று பொதுவான உடல்-உள வளர்ச்சி நிறைவடைந்து தானாகத் தனித்து வாழ முற்படும் காலம் வரை உள்ள கால அளவினை குமரப் பருவம் என்று குறிக்கிறோம். குமரப் பருவத்தின் இறுதியினின்று அலுவலினைத் தேர்ந்து சேருவதுடன் வாழ்க்கைத் துணைவியையும் அடைந்து வாழ்ந்து அலுவலினின்று ஓய்வு பெறும் வரை உள்ள ஆண்டுகளை முதிர்ச்சிப் பருவம் என்று சொல்கிறோம். முதிர்ச்சிப் பருவத்தின் நிறைவினின்று உடல்-உளத் திறன்கள், வளர்ச்சிகள் தளரத் துவங்கும் கால நீட்டத்தையே முதுமைப் பருவம் என்று வழங்குகிறோம். இத்தகைய ஒவ்வொரு பருவமும் தனக்கே உரித்தான பல பிரச்சினைகளைக் கொண்டிருக்கின்றன. உடல்-உள வளர்ச்சி முறைகளும் சமூகச் சூழ்நிலைகளும் இத்தகைய பிரச்சினைகளுக்கு ஆதாரமாக இருக்கின்றன. இத்தகைய பிரச்சினைகளால் எழும் இடர்களையும் இக்கட்டுகளையும் தானாக முயன்று வெற்றி கொள்ளும் ஒருவனிடம் உடல் உள வளர்ச்சி இயல்பாக ஏற்படுகிறது. இத்தகைய இடையூறுகளும் இன்னல்களும் அவனது உள நலத்தை பாதிப்பவைகளாகக் காணப்படுகின்றன. இவைகள் களையப்படும் நிலையில் உளநலம் பாதுகாக்கப்படுகிறது. பல காரணங்களால் ஒரு சிலரால் இத்தகைய பிரச்சினைகளை வெற்றிகரமாகச் சமாளிக்க முடிவதில்லை. தற்காலிகமாக அவ்வப்போது தோன்றி மறையவேண்டிய வளர்ச்சிப் பிரச்சினைகள் இந்நிலையில் தொடர்ந்து நீடிக்கத் துவங்குகின்றன. இதனால் ஒருவனது உள நலனிற்கு ஊறு ஏற்படுகிறது. எனவே, ஒருவரது உளநலம் பேண முற்படும் நாம் உடல்-உள வளர்ச்சி முறைகளையும், உள நலத்தில் அவை பெறும் பங்கினையும் ஆராய வேண்டியது அவசியமாகும்.

மரபுநிலை

உளநலம் ஒருவரது வாழ்வில் ஏதோ ஒரு குறிப்பிட்ட கால அளவில் துவங்கி ஒரு குறிப்பிட்ட காலம்வரை வளர்ந்து நிறைவு பெற்றுவிடக் கூடியதன்று. அது வாழ்வின் ஆரம்ப காலத்திலிருந்து இறுதிக் காலம்வரை தொடர்ந்து அமையும் ஒன்ருகவே காணப் படுகிறது. ஒருவரது பிறப்பிற்கும் முன்பாகவே, அதாவது கரு வாக உருவாவதற்கும் முன்பாகவே உளநலத்திற்கான வித்துகள் ஊன்றப்பட்டுவிடுகின்றன. மரபுநிலை அமைத்துத் தந்த எல்லை களுக்குட்பட்ட வரையிலேயே சூழ்நிலை ஒருவரிடம் எந்த ஒரு மாறுதலையும் உண்டாக்க இயலும். பரம்பரையியல் (genetics) நியதிகளின்படியே ஒவ்வொருவரும் தத்தமது உயிரியல் வர லாற்றிற்கு ஏற்ப தமக்கே உரிய வாய்ப்புகளையும் இழப்பு களையும், நிறைகளையும் குறைகளையும் பெற்று விளங்குகின்றனர். உடலியல்புகள், நுண்ணறிவு, திறமைகள், ஆளுமை ஆகியவற்றில் பங்குபெறும் அளவிற்கு மரபுநிலை ஒருவரது உள நலத்தினைத் தீர்மானிக்கும் ஆற்றல் பெற்றதாக விளங்குகிறது.

மரபுநிலை ஒருவரது உளநலத்தில் எத்துணையளவிற்கு எவ் வகையில் பங்கெடுத்துக் கொள்கிறது என்று அறிய ஒருவன் உயிர் தோன்றியதிலிருந்து, அதாவது கருவாக அவன் தோன்றியதி லிருந்து விளக்குதல் நலம்.

கருவின் பிறப்பு

பெண்ணிடம் தோன்றும் ஒரு முட்டையும் ஆணிடம் தோன் றும் ஒரு விந்தணுவும் கலந்து கருவினது தோற்றம் துவங்குகிறது. உயிரி பொரிக்கப்பட்ட ஓர் தனி அண்ட அணுவாக வாழ்க்கை துவங்குகிறது. தாய் கருத்தரிக்கிருள்.

குழந்தை தாயிடமிருந்து ஒருவகைக் காரணிகளையும் தந்தை யிடமிருந்து மற்ருெரு வகைக் காரணிகளையும் கருவாக வடி வடையும்போதே பெற்றுவிடுகின்றது. இவ்விதக் கலப்பு தாய் அண்டத்தின் சீவ அணுவிலேயே காணப்படுகிறது. இதிலிருந்து வளரும் குழந்தை அப் பண்புகளையே பெறுகிறது. இதன் காரண மாகத்தான் பிறந்த குழந்தை பெற்றோர்களின் இயல்புகளைத் தனியாகவோ கலப்பாகவோ பெற்றுப் பெற்றோரை ஒத்திருக் கிறது. ஒருவனிடம் காணப்படும் மரபுவழிப் பண்புகளுக்குத் தாயும் தந்தையும் ஏறக்குறைய சமமான பங்குடையவர்களாகி ருர்கள். இதற்குக் காரணம் அண்டவணுவிலும் விந்தணுவிலும் உள்ள மரபுநிலைப் பண்புகளுக்குக் காரணமாக உள்ள அமைப்பு

களும் சத்துகளின் எண்ணிக்கைகளும் பெரும்பாலும் ஒன்றாக இருப்பதுவே ஆகும். மேலும், பெற்றோரிடமிருந்து ஒருவன் ஒரு சில பண்புகளை மரபுநிலை முறையாக அடைகிறான் என்றால், அவன் வீடோ நிலமோ அல்லது மூதாதையினரது ஏனைய செல்வங்களையோ பெறுவது போல் பெறுகிறான் என்பதன்று. உண்மையில் ஒருவன் தன் மூதாதையினரது பண்புகளுக்கான அடிப்படைச் சத்துகளையே அடைகிறான். இச் சத்துகளினின்று தான் அப் பண்புகள் வளர்ச்சி அடைகின்றன.

குரோமோசோம்களும் ஜீன்களும்

மரபுநிலைப் பண்புகளுக்கான அடிப்படைச் சத்துகள் குரோமோசோம்கள் (chromosomes) எனும் இரசாயனச் சத்துகளின் வடிவில் தாயின் சீவ அணுவில் இருக்கின்றன. குரோமோசோமில் 'ஜீன்' (gene) என்ற ஓர் இரசாயனச் சத்து உள்ளது. இந்த ஜீன்கள்தாம் மிகவும் முக்கியமான மரபு பண்புகளை உடையனவாக இருக்கின்றன. இந்த ஜீன்கள் ஒவ்வொரு குரோமோசோமிலும் ஒரு தனிப்பட்ட அமைப்பைப் பெற்றுள்ளன. இவைகளே உயிரணுக்களின் வடிவம், அமைப்பு ஆகியவற்றை மாற்றியமைக்கின்றன. இவ்வாறு இவற்றால் அமைக்கப்படும் உயிரணுக்களின் வடிவம், அமைப்பு ஆகியவையே பல பண்புகளையும் தீர்மானிக்கும் ஆற்றல் கொண்டவையாக இருக்கின்றன.

குரோமோசோம்களிலுள்ள சில ஜீன்கள் குழந்தையினை ஆணா பெண்ணா என்று தீர்மானிக்கின்றன. இவ்வாறு குழந்தையின் பாலை (sex) நிர்ணயிப்பதல்லாமல் சில பால்வழிப் பண்புகளுக்குக் காரணமாகவும் இவை இருக்கின்றன. பால்வழிப் பண்புகளில் முக்கியமானவை நிறக் குருடு (colour blindness), பரம்பரை வழுக்கை (baldness), ஹெமோஃபீலியா (hemophelia) எனும் இரத்தத்தைச் சார்ந்த நோய் ஆகியவையாகும்.

ஜீன்கள் தத்தமக்கே உரிய பண்புகளையும் வலிவையும் கொண்டுள்ளன. ஒருசில ஜீன்கள் ஆதிக்கமிக்கவையாக இருக்கின்றன. ஒருசில ஜீன்கள் பின்வாங்கும் தன்மை கொண்டவையாக இருக்கின்றன. இவ்வாறு உயிரி பொரிக்கப்பட்ட நிலையில் இணையும் ஜீன்களின் தன்மையைப் பொறுத்தே விளைவுகள் ஏற்படுகின்றன. சான்றாக, 'உயரமாக வளரும் பண்பு' ஆதிக்கம் கொண்ட ஜீனில் பொதிந்திருக்கிறது. 'குட்டையாக வளரும் பண்பு' பின் வாங்கும் தன்மை கொண்ட ஜீனிடம் பொதிந்திருக்-

கிறது. இவ்விரு பண்புகளைக் கொண்ட ஜீன்களும் கலக்கும் நிலையில் முன்னது ஆதிக்கம் கொண்ட பண்பாக இருப்பதால், இவற்றினின்று தோன்றும் கரு 'உயரமாக வளரும்' பண்பு பெற்றதாக வளர்கிறது. இது போன்றே எண்ணற்ற உடலியற் பண்புகளும் உளவியற் பண்புகளும் ஆதிக்க, பின் வாங்கும் தன்மைகள் கொண்ட ஜீன்களிடம் பொதிந்திருக்கின்றன. ஜீன்களின் பண்புகள் மட்டுமன்றி அவை உயிரி பொரிக்கப்பட்ட அணுவில் வகிக்கும் இடமும் வளரவிருக்கும் கருவின் பண்புகளைத் தீர்மானிக்கின்றது. அழுத்தம் குன்றிய பகுதியில் இடம் பெற்ற ஜீன் ஏற்படுத்தக்கூடிய விளைவு அதே ஜீன் வேறு ஒரு பகுதியில் இடம் பெறும் நிலையில் ஏற்படக்கூடிய விளைவினின்று முற்றிலும் மாறுபட்டதாக இருக்கும்.

ஜீன்களின் பண்புகள், அவற்றின் அமைப்பு, அவை உயிரணுவில் பெறும் இடம் ஆகியவற்றின் வழியாகவே ஒருவன் எண்ணற்ற உடலியற் பண்புகளையும், உளவியற் பண்புகளையும் பெறுகின்றான். ஆனால், இவ்வாறு ஒருவன் பெறுகின்ற பண்புகள் அனைத்தும் அவ்வாறே அவனது வாழ்வில் வெளிப்படுவதில்லை. ஒருவன் மரபு நிலை வழி பெற்றுள்ள பல பண்புகள் அவன் வாழ்நாள் முழுவதுமே மறைந்து கிடந்துவிடுவதும் உண்டு. இவ்வாறு வெளியே தோன்றாத பண்புகள் சாதகமானவையாகவோ அல்லது பாதகமானவையாகவோ இருக்கலாம். ஒருசிலர் உளநோய்க்கான அடிப்படைப் பண்புகளை மரபுவழி பெற்றிருந்தாலும் வாழ்நாள் முழுவதிலும் ஒரு முறைகூட உளநோய்ப்படாது தப்பிவிடுதலும் கூடும். அதேபோல் ஒருவர் சிறந்த ஆக்கத் திறத்திற்கான (creativity) அடிப்படைகளை மரபுவழி பெற்றிருந்தும் தம் வாழ்நாள் முழுவதிலும் மிகச் சாதாரணமாக வாழ்ந்து கழித்தலும் கூடும். இதேபோல் பல விரும்பத்தகாத தீய பண்புகளும் வெளிப்படாமல் மறைந்துவிடுதலும் கூடும் என்பதே பரம்பரையியல் கூறும் நியதி.

இவ்வாறு ஒருவனிடம் மரபுநிலைப்படி அமைந்து புதைந்து மறைந்து கிடக்கும் பண்புகளையே 'ஜீன் வகை' (gene type) என்று கூறுகிறார்கள். இவ்வாறே மரபுநிலைவழி பெறப்பட்டு வெளி உலகு அறியும் வண்ணம் வெளிப்பட்டு விளங்கும் பண்புகளையே 'நிகழ் வகை' (pheno type) என்பர்.

இத்தகைய பரம்பரையியல் நியதிகள் உளநல முக்கியத்துவம் வாய்ந்தவை. ஒவ்வொருவருக்கும் 'ஜீன் வகையில்' அமையும் நற்பண்புகள், ஆற்றல்கள் அனைத்தையும் முழு அளவிற்கு

வளர்த்துக் கொள்வதனையே உளநலவியல் வலியுறுத்துகிறது. உண்மையில் இவ்வாறான நற்பண்புகள், ஆற்றல்கள் அனைத்தையும் முழுமையாக அடைந்த நிலையினையே உளநலம் என்று குறிப்பிடுகிறோம். அதேபோல் ஒருசில உளநோய்களுக்கான ஜீன்வகை கொண்டவர்களைக்கூட நிகழ்வகையினை மிக்க எச்சரிக்கையுடன் அமைத்துத் தருவதன்மூலம் வாழ்நாள்களில் என்றுமே இவற்றிற்கு ஆளாகாது தப்ப வைத்தல் இயலும். இம் முறையிலும் ஒருவரை உளநோய்க்காளாகாமல் தப்ப வைப்பதன் மூலம் அவரது உள நலத்தை அதிகரித்தல் இயலும். இவ்வகையில் இம் மரபியல் நியதிகள் சூழ்நிலையின் பங்கினையும் சுட்டிக்காட்டுகின்றன.

ஐசன்கின் ஆளுமைக் கொள்கை

லண்டன் மாட்ஸ்லி (Maudsley) மருத்துவமனை இயக்குநரும், உளமருத்துவப் பேராசிரியருமான H. J. ஐசன்க் ஆளுமைபற்றிப் பெருமளவு ஆராய்ச்சிகள் நடத்தி இருக்கின்றார். மிக நுட்பமான பல புள்ளியியல் வழிமுறைகளைப் பயன்படுத்தி அறிவியற் பாங்காக இவர் நடத்திய எண்ணற்ற பரிசோதனைகளின் அடிப்படையில் இவர் ஓர் ஆளுமைக் கொள்கையினை வெளியிட்டுள்ளார். இன்று உலகெங்கும் பரவியுள்ள பல்வேறு பல்கலைக் கழகங்களிலும், மருத்துவமனைகளிலும், தொழிற் கூடங்களிலும் கல்விச்சாலைகளிலும் இவரது கொள்கை ஆராயப்பட்டு வருகின்றது. இத்தகைய ஆராய்ச்சிகளின் அடிப்படையில் இவரது கொள்கை இன்று பெரிதும் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டு வருகின்றது.

ஐசன்கின் கொள்கையின்படி பொதுவாக மக்களை இரு பிரிவினராகப் பிரிக்க இயலும். ஒரு பிரிவினரை அகமுகத்தினர் (introverts) என்றும், மற்றொரு பிரிவினரை புறமுகத்தினர் (extroverts) என்றும் கூறலாம். இவ் ஒவ்வொரு வகையினரும் ஒவ்வொரு வகையான நடத்தைப் பண்புகளைக் கொண்டுள்ளனர். அகமுகத்தினரது பண்புகள் அனைத்தும் அகப் பாங்கானதாகவே இருக்கும். இவர்கள் பிறருடன் அவ்வளவாகப் பழக முற்படுவதில்லை. ஒதுங்கும் தன்மை கொண்டவர்கள். இவர்கள் அடிக்கடி தங்கள் அனுபவங்களையே திரும்பத்திரும்ப எண்ணிப் பார்க்கும் தன்மையுடையவர்கள். இவர்களுக்கு மக்களைக் காட்டிலும் புத்தகங்களிலேயே ஆர்வம் அதிகம். இவர்கள் மிக நெருங்கிய நண்பர்களன்றிப் பிறருடன் பழகாதவர்களாக, ஓரளவு நீங்கி இருப்பவராக இருக்கின்றனர். இவர்கள் எதனையும் முன்கூட்டியே திட்டமிடக்கூடியவர்கள்; கவனித்துக் காரியமாற்றுபவர்கள். அப்போதைய துடிப்புகளுக்கு இவர்கள் உடன்படுவதில்லை.

பரபரப்படைவதனை விரும்புவதில்லை. அன்றாட வாழ்வின் காரியங்களில் உரிய அளவு கவனம் செலுத்தக்கூடியவர்கள். நன்கு திட்டமிட்டமைக்கப்பட்ட அமைப்புடைய வாழ்வு முறையை விரும்புகின்றனர். இவர்கள் தங்கள் உணர்ச்சிகளை நன்கு கட்டுப்படுத்திக் கொள்கின்றனர். ஆக்கிரமிப்பு முறையில் நடப்பது அரிது. எளிதில் இவர்கள் தங்கள் இயல்பினை இழந்து கோபப்படுவதில்லை. நம்பிக்கைக்குரிய இவர்கள், ஓரளவு நம்பிக்கைத் திறமற்றவர்களாகவும், ஒழுக்கத்தரங்களுக்குப் பெரும் மதிப்பு அளிப்பவர்களாகவும் உள்ளனர். புறமுகத்தினரோ இதற்கு நேர் எதிரிடையானவர்கள். இவர்கள் கலகலப்பாகப் பழகக்கூடியவர்கள். பல நண்பர்களைப் பெற்றிருப்பது இயல்பு. இவர்கள் தாங்களாகப் படிப்பதனையோ கற்பதனையோ சிறிதும் விரும்புவதில்லை. இவர்கள் பேச்சுத் துணைக்காக ஏங்குபவர்கள். பரபரப்படைய வேண்டுமென்ற வேட்கை கொண்டவர்கள்; முயற்சிகள் செய்யத் தயங்காதவர்கள்; அடிக்கடி எதிலாவது தலையிட்டபடி இருப்பர். அப்போதைய உணர்ச்சியின்படி சூட்டோடு சூடாகக் காரியங்கள் செய்துவிடுபவர்கள். பொதுவாகவே துடிப்பு மிக்கவர்கள். நடைமுறை வேடிக்கைகளில் நாட்டம் கொண்டவர்கள். எதற்கும் உடனடியான பதில் அளிக்கக்கூடியவர்கள். பொதுவாகவே மாறுதல்களைப் பெரிதும் விரும்புபவர்கள். இவர்கள் எதனையும் அவ்வளவாகப் பொருட்படுத்துவதில்லை. பொறுப்புகளை ஏற்பதில்லை. ஆக்கிரமிப்பாக நடந்துகொள்ளக்கூடியவர்கள். எளிதில் இயல்பினை இழந்து சினமடையக்கூடியவர்கள். இவர்களது உணர்ச்சிகள் சற்றும் கட்டுப்படுத்தப்படுவதில்லை. இவர்களை எப்போதுமே நம்புவதற்கில்லை.

மேற்கூறியவாறு அகமுகத்தினர் புறமுகத்தினர் என்று இரு திறத்தினராக மக்கள் அமைகின்றனர். ஆனால், ஒவ்வொருவரையும் அகமுகத்தினர் என்றோ, புறமுகத்தினர் என்றோ திட்டமிட்டுக் கூறுதல் கடினம். பலரிடம் இவ்விரு உளப் பண்புகளும் கலந்து காணப்படுவதே உண்மை. எனவே, ஒருவரை 'பெருமளவு அகமுகத்தினர்' அல்லது 'பெருமளவு புறமுகத்தினர்' என்று குறிப்பிடுவதே பொருந்தும். ஆனால், மக்கள் அனைவருமே இத்தகைய அகமுகம்-புறமுகம் பண்புகளின் தொடர்பமைப்பிலேயே அமைகின்றனர். எனவே, எந்த ஒருவரையும் இவ் அகமுகம்-புறமுகம் வகையில் இறுத்தி அவரது ஆளுமையை விளக்கிக்கூறுதல் இயலும்.

அகமுகம்–புறமுகத்திற்கான அடிப்படை (Basis of extraversion-introversion)

இவ்வாறு மக்கள் அகமுகத்தினராகவோ புறமுகத்தினராகவோ விளங்குவதற்கு அடிப்படையாக இருப்பது அவர்களது

நரம்பு மண்டலத்தின் தன்மையைப்பொறுத்தே ஏற்படுகிறது. நரம்பணுக்களில் கிளர்ச்சி (excitation) பெறுவதற்கும், அயர்ச்சி (inhibition) பெறுவதற்கும் ஊட்ட ஆற்றலைப் (potential) பொறுத்தே இத்தகைய ஆளுமைகள் அவர்களிடம் ஏற்படு கின்றன. நரம்பணுக்களில் இருவகை நரம்பியல் நிகழ்ச்சிகள் ஏற்படுகின்றன. ஒன்றினைக் கிளர்ச்சி என்கிறோம். இதற்கு நேரடியாக மாறுபட்ட எதிர் நிகழ்ச்சியை அயர்ச்சி என்கிறோம். நரம்பணுக்கள் தூண்டப்படுவதால், 'கிளர்ச்சி' ஏற்படுகிறது. கிளர்ச்சி அதிகரிக்கும் நிலையில் அந் நரம்பணுக்களில் பொதிந்துள்ள 'அயர்ச்சி' குறைகிறது. ஆனால், தூண்டுதல் தொடர்ந்து ஏற்படும் நிலையில் கிளர்ச்சி கொஞ்சம் கொஞ்சமாகக் குறைய அயிர்ச்சி மெள்ள மெள்ள அதிகரிக்கிறது. இயல்பான வேளை களில் நரம்பணுக்களில் இவ்விருவகை ஆற்றல்களுமே சமமாக ஓரேயளவில் இருக்கின்றன. இந் நிகழ்ச்சியை ஒரு சான்று கூறி விளக்கலாம். ஒரு பந்தினை மேல்நோக்கி வீசுகிறோம் என்று கொள்வோம். இந்நிலையில் பந்து மேலே செல்கிறது. அதனைப் புவி ஈர்ப்பு (gravitation) கீழ்நோக்கி இழுக்க, அதே நேரத்தில் அதன் அழுத்த உந்து சக்தி மேலே செலுத்த அது மேலே செல்கிறது. கொஞ்சம் கொஞ்சமாக உந்து சக்தி குறையக் குறைய புவி ஈர்ப்பு அதிகரிக்கிறது. இறுதியில் உந்து சக்தி முற்றிலும் குறைந்து மறைய, புவி ஈர்ப்பு மிகுந்து பந்து கீழே இறங்கத் துவங்குகிறது. மேலே வீசப்பட்ட பந்தில் இயங்கும் இரு சக்தி களையும் கிளர்ச்சி-அயர்ச்சி நரம்பு அணுக்களின் ஆற்றல்களுக்கு ஒப்பிடுதல் பொருந்தும்.

மனித நரம்பு மண்டலத்தில் இத்தகைய கிளர்ச்சி-அயர்ச்சித் திறன்கள் இருக்கின்றன. ஆனால், ஒவ்வொரு நரம்பு மண்டலத் திலும் இவ்விரு நரம்பணு ஆற்றல்களும் வெவ்வேறு வகைகளில் அமைந்துள்ளன. ஒருசில நரம்பு மண்டலங்களில் கிளர்ச்சி ஆற்றல் கள் மெதுவாகவே கிளர்ந்தெழுகின்றன. இவ்வாறு கிளர்ந்து எழும் கிளர்ச்சி ஆற்றல்கள் வலிவு குன்றியவையாக இருக்கின்றன. இத்தகைய நரம்பு மண்டலங்களைக் கொண்டவர்கள் புறமுகத் தன்மை கொண்டவர்களாக இருக்கின்றனர். அதேபோல் ஒரு சில நரம்பு மண்டலங்களில் அயர்ச்சி ஆற்றல்கள் விரைவில் ஏற்படுகின்றன. இவ்வாறு ஏற்படும் அயர்ச்சி ஆற்றல்கள் வலிவு மிக்கவையாக இருக்கின்றன. இத்தகைய நரம்பு மண்டலங்களைக் கொண்டவர்கள் அகமுகத்தினராக இருக்கின்றனர். எனவே, அவரவர் நரம்பு மண்டலத்தின் ஆற்றல்களுக்கேற்பவே ஒருவரது ஆளுமை அமைகிறது என்பது திண்ணம்.

இத்தகைய நரம்பு மண்டல அமைப்பு ஒருவரது பிறப்பிலேயே அமைந்துவிடுகிறது. பரம்பரையியல் நியதிப்படியே நரம்பு மண்டலம் ஒருவரிடம் உருவாகிறது. எனவே, ஒருவர் அகமுகத் தினராக அல்லது புறமுகத்தினராக இருப்பது பிறப்பிற்கும் முன் பாகவே பரம்பரையினுல் தீர்மானிக்கப்பட்டுவிடுகிறது. பிறப் பிற்குப் பிறகு எந்த ஒரு நிலையிலும் ஒருவரது ஆளுமையின் பரி மாணத்தினை மாற்றுதல் என்பது இயலாது. அன்றியும் ஒருவருக்கு வரக்கூடிய உளநோய்களையும் ஒருவரது நரம்பு மண்டல அமைப்பே அதாவது, ஆளுமை அமைப்பே திட்டமிடுகின்றது. அகமுகத் தினருக்கு கிலி (anxiety), உளச்சோர்வு (depression), பீதி (phobia), உணர்ச்சி விண்ட நிலை நோய் (schizophenia) ஆகிய உள நோய்களே வருதல்கூடும். புறமுகத்தினருக்கு ஹிஸ்டீரியா (hysteria) போன்ற உளநோய்களே வருதல் கூடும். இவ்வாறு ஒருவரது உளநலத்தையும், உளநலமின்மையையும் பெருமளவு தீர்மானிக்கவல்லதாக நரம்பு மண்டலம் அமைகிறது. இவ் உண்மைகள் மரபுநிலையின் முக்கியத்துவத்தை வலியுறுத்துகின்றன அன்ருே !

மரபுவழி அமையும் மெய்ப்பாட்டு நிலை

மெய்ப்பாட்டு நிலை ஒருவரின் உளநலனின் மிக முக்கியப் பண் பாக அமைகின்றது. நல்ல மெய்ப்பாட்டு நிலையினையே உளநலம் என்று பெருமளவு குறிப்பிடுகின்ருேம். மெய்ப்பாட்டு நிலைச் சிக்கல்களே தவருன பொருத்தப்பாடுகளுக்கு (maladjustments) வழிகாட்டிகளாக உள்ளன. மெய்ப்பாட்டுநிலைப் பிரச்சினைகளே உளநலப் பிரச்சினைகள் ஆக இருக்கின்றன. இம் மெய்ப்பாட்டு நிலையே உளநலனிற்கு அடிப்படையாக இருக்கின்றன.

இவ்வாறு மரபுவழிப்படி மெய்ப்பாட்டு நிலை அமைகிறது என்பதனை எண்ணற்ற பரிசோதனைகள் எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. ஐசன்கின் மாணவர்களில் ஒருவரான பிராட்ஹர்ஸ்ட் (Broadhurst) வெள்ளை எலிகளைக் கொண்டு செய்த பரிசோதனை ஒன்றை இதற்குச் சான்ருக விளக்குவோம்.

பிராட்ஹர்ஸ்ட் வெள்ளை எலிகளின் மெய்ப்பாட்டு நிலைமையை அளவிடத் திறந்தவெளிச் சோதனையைப் (open field test) பயன் படுத்தினர். திறந்தவெளிச் சோதனைக் கருவி சுருள் வடிவம் கொண்டது. மேலே ஒரு மின்சார விளக்கும், பல ஒலிகளைக் (white noise) கலந்து வெளியிடும் ஒரு கருவியும் இச் சோதனைக் கருவியில் பொருத்தப்பட்டுள்ளன. வெள்ளை எலி ஒன்றைச் சாதாரண ஒளி பரவியுள்ள இச் சோதனைக் கருவியில் விட்டு

விட்டுத் திடீரென்று மின்சார விளக்கைத் திருப்பி அதன்மீது ஒளி யைப் பாய்ச்சி ஓசை எழுப்பும் கருவியால் ஓசையையும் எழுப்ப வேண்டும். இவ்வாறு செய்வதால், பிறழ்வான மெய்ப்பாட்டு நிலையிலுள்ள வெள்ளை எலி மிரண்டுபோய் அங்குமிங்குமாக ஓடத் துவங்கும். இதோடு மிரட்சியின் காரணமாகச் சிறுநீர், மலம் ஆகியவற்றைக் கழிக்கவும் முற்படும். எலி எத்தனை தடவை இங்கும் அங்குமாக ஓடுகிறது என்பதையும், அது மிரண்டு வெளியிட்ட சிறுநீர், மலம் ஆகியவற்றின் எடையையும் அள விட்டு அதன் பிறழ்வான மெய்ப்பாட்டு நிலையை அளவிடுவார் கள். இம் முறையில் பிராட்ஹர்ஸ்ட் நூற்றுக்கணக்கான வெள்ளை எலிகளின் பிறழ்வான மெய்ப்பாட்டையும் அளவிடலானார். இவ் வாறு பரிசோதனைகளுக்குள்ளான எலிகள் அனைத்திற்கும் ஒரே அளவும் ஒரே வகையுமான உணவே அளிக்கப்பட்டது. மேலும் இவ் எலிகள் வாழ்ந்த அறைகள் அனைத்திலும் ஒரே அளவு தட்பவெப்ப நிலை இருக்கும்படியும் கட்டுப்படுத்தப்பட்டது. இவ் வாறு செய்வதால் பரிசோதனை முடிவுகளைக் குறிப்பிட்ட எலியின் உணவூட்டமோ, வாழும் சூழ்நிலையோ பாதிப்பது தவிர்க்கப்பட்டு விடும். பிராட்ஹர்ஸ்ட் இச் சோதனைகளைப் பதினைந்து தலைமுறை எலிகளுக்குத் தொடர்ந்து அளித்துவந்தார். இச் சோதனை முடிவு கள் அனைத்தும் ஒருமுகமாகப் பிறழ்வான மெய்ப்பாட்டு நிலை மரபு வழி அமைகின்றன என்று எடுத்துக் காட்டுகின்றன. பிராட் ஹர்ஸ்ட்டின் சோதனைகளுக்குள்ளான பிறழ்வான மெய்ப்பாடு கொண்ட எலிகளுக்குப் பிறந்தவைகளும் பிறழ்வான மெய்ப்பாடு கொண்டவையாகவே இருந்தன. ஒவ்வொரு தலைமுறைக்கும் பிறழ்வான மெய்ப்பாட்டு நிலை சிறிது அதிகரித்துக்கொண்டே வந்தது. இவ்வாறு அதிகரிக்கும் போக்குப் பன்னிரண்டு தலை முறைகளுக்கு அதிகரித்துக்கொண்டே வந்தது. பன்னிரண்டாம் தலைமுறைக்குப் பிறகு பிறழ்வான மெய்ப்பாட்டு நிலையில் மாறு தல் எதுவும் ஏற்படவில்லை. அதே போன்று இயல்பான மெய்ப் பாட்டு நிலை கொண்ட எலிகளுக்குப் பிறந்த எலிகளும் இயல்பான மெய்ப்பாட்டு நிலை கொண்டவையாகவே விளங்கின; இவற்றின் தலைமுறைகளும் இயல்பான மெய்ப்பாட்டு நிலை கொண்டவை யாகவே இருந்தன. இச் சோதனைகள் மட்டுமன்றி இன்ன பிற சோதனைகளும் பிறழ்வான மெய்ப்பாட்டு நிலைக்கு மரபுநிலை எவ் வளவிற்குத் துணைசெய்கிறது என்று தெளிவாக எடுத்துக் காட்டு கின்றன.

மரபுநிலையும் பிறழ்வுநிலையும்

பரம்பரை ஒருவரது அறிவுத்திறனை மட்டுமன்றி குணநலன் களையும் மிகவும் பாதிக்கின்றது என்ற உண்மையைப் பல

ஆய்வுகள் எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. பரிணாமக் கொள்கையை வெளியிட்ட டார்வின் (Darwin), அவரது ஒன்றுவிட்ட சகோதரர் கால்டன் (Galton) ஆகியோர் வரலாற்றுப் புகழ் வாய்ந்த அறிஞர்களாக விளங்கியிருக்கின்றனர். இவர்கள் குடும்பத்தில் தோன்றியவர்கள் கடந்த 200 ஆண்டுகளில் 5 தலைமுறைகளுக்குப் பெயர்பெற்ற அறிஞர்களாகத் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டு விளங்கியிருக்கின்றனர். புகழ் பெற்ற குடும்பங்களைப் போன்றே குறைபாடுடைய பரம்பரைகளும் மரபுநிலையின் முக்கியத்துவத்தை வலியுறுத்துகின்றன. கோடார்ட் (Goddard) எனும் உளவியலார், காலிகாக் (Khallekak) எனும் போர் வீரனது சந்ததியினரை ஆராய்ந்து மரபுநிலையின் வலிவை வலியுறுத்தியுள்ளார். அமெரிக்கப் புரட்சியின்போது காலிக்காக் அறிவுத்திறன் குறைந்த ஓர் பெண்ணை மணந்தான். புரட்சிக்குப் பிறகு ஓர் நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பெண்ணை மணந்தான். காலிகாக்கிற்கு முதல் மனைவிவழிப் பிறந்த சந்ததியினர் 480 பேர்களையும், இரண்டாம் மனைவி மூலம் பிறந்த சந்ததியினர் 296 பேர்களையும் கண்டறிந்து கோடார்டு ஆராய்ந்தார். முதல் மனைவியின் சந்ததியினரில் 143 பேர் அறிவுத்திறன் அற்றவர்களாக இருந்தனர் ; 46 பேர் சாதாரணமானவர்களாக இருந்தனர். ஏனையவர்களைப்பற்றி திட்டமாக எதுவும் கூறுவதற்கில்லை. மேலும்.இப் பரம்பரையினரில் 36 பேர் தவருன ஒழுக்கத்தினுல் பிறந்தோராகக் காணப்பட்டனர். 33 பேர் கற்பில்லாதவர்களாகக் காணப்பட்டனர் ; 24 பேர் குடிகாரர்களாக விளங்கினர். மூவர் காக்கை வலிப்பினராகவும், மூவர் குற்றவாளிகளாகவும், 8 பேர் விபசார விடுதிகள் நடத்துவோராயும், 83 பேர் அறிவீனர்களாகவும் காணப்பட்டனர். இரண்டாவது மனைவியின் சந்ததியினரில் இருவர் மட்டுமே உளத்திறன் ஓரளவு குறைந்தவர்களாகக் காணப்பட்டனர்.

மரபுநிலையைச் சந்ததியினரைப்பற்றிய ஆய்வு மறைமுகமாகவே வலியுறுத்துகிறது. இரட்டைக் குழந்தைகளைப்பற்றிய ஆய்வுகள் நேரடியாக மரபுநிலையின் முக்கியத்துவத்தை எடுத்துக் காட்டுகின்றன. பொதுவாக இரட்டையர் இருவருமே ஒரே வகையில் விளங்குவதனை நாம் காண்கிறோம்.

மரபுநிலையும் சூழ்நிலையும்

மரபுநிலை மட்டுமே ஒருவரது உளநலத்தினை முழுவதுமாகத் தீர்மானித்துவிடுகிறது என்று கூறுவதற்கில்லை. ஒருவரது உள நலத்தைத் தீர்மானிப்பதில் சூழ்நிலையும் மிகப் பெருமளவு முக்கிய பங்கு பெறுகின்றது. எனவே, ஒருவர் உளநலத்திற்கு மரபுநிலை மட்டுமே முக்கியமானது என்றோ சூழ்நிலை மட்டுமே

முக்கியமானது என்றோ ஒருபோதும் கூறுவதற்கில்லை. ஒவ்வொருவரிடமும் இவ்விரண்டும் பல்வேறு வகைகளில் இயங்குகின்றன. செடி நன்றாக வளரச் சிறந்த விதையும், அதற்குரிய செழிப்பான நிலமும் வேண்டும். அதேபோல் ஒழுங்காக நீரும் உரமும் இட்டுப் பேணி வளர்க்க வேண்டும். அவ்வாறே ஒருவனிடமும் மரபுநிலை, முதிர்ச்சி, சூழ்நிலைப் பயிற்சி ஆகியவைகள் முக்கியமாக அமைகின்றன. புலிக்குப் பிறந்தது பூனை ஆவதில்லை. திருடனுக்குப் பிறந்தவன் திருடனாகவோ அல்லது ஞானிக்குப் பிறந்தவன் ஞானியாகவோ ஆகிவிடுவதில்லை. ஒரு குறிப்பிட்ட திறனுக்கும் இயல்புக்கும் மரபுநிலை பெரும் பங்கு எடுத்துக்கொள்ளலாம். மற்றொரு திறனுக்கோ இயல்பிற்கோ சூழ்நிலை காரணமாக அமையலாம். இவ் உண்மையை நியூமன் (Newman) 50 இணை இரட்டையர்களைப் (Identical twins) பரிசோதனை செய்து தனிப்பட்ட புள்ளியியல் விதிகளைப் பயன்படுத்திக் கண்டறிந்து உண்மைகளை வெளியிட்டுள்ளார். இவரது ஆய்வின் முடிவுகளைக் கீழ்க்காணும் அட்டவணையில் காணலாம்.

நியூமன் மரபு சூழ்நிலை ஆய்வு முடிவுகள்

இயல்புகள்	மரபு நிலையினால் ஏற்படுவது (சதவிகிதம்)	சூழ்நிலையினால் ஏற்படுவது (சதவிகிதம்)
உடலியல்புகள்		
உயரம்	81	19
நிறை	78	22
நுண்ணறிவு		
பீனே உள வயது	65	35
பீனே நுண்ணறிவு ஈவு	68	32
கல்வி		
சொற்களுக்குப் பொருள் கூறல்	68	32
கணக்கு	12	88
அறிவியல்	34	66
ஆளுமை		
உடல் திறன்	30	70
கையைப் பயன்படுத்திச் செய்தல்	37	63
விரலைப் பயன்படுத்திச் செய்தல்	46	54

மேலே கொடுக்கப்பட்ட புள்ளி விவரங்களைக் கூர்ந்து நோக்கினால், எந்தெந்த இயல்புகளில் மரபுநிலையும் சூழ்நிலையும் பங்கெடுத்

துக்கொள்கின்றன என்று விளங்கும். உடல் இயல்புகளான உயரம், நிறை இவைகளில் மரபுநிலை பெரும்பங்கு எடுத்துக்கொள் கிறது. நுண்ணறிவுக்கு மரபுநிலை முக்கியமாக இருக்கிறது எனினும், சூழ்நிலையின் பயனும் காணப்படுகிறது. கல்வியினை எடுத்துக் கொண்டால் கணக்கு, அறிவியல் இவைகளுக்கான திறன்களுக்கு மரபுநிலையைவிடச் சூழ்நிலையே முக்கியமாக இருக்கிறது. சூழ் நிலையின் பயன் ஆளுமை இயல்புகளிலும், உடல் திறனிலும் முக்கிய மாகக் காணப்படுகிறது. இவ்வாய்வு முடிவுகள் உளநலத்திற்கு மரபுநிலையும் சூழ்நிலையும் எத்துணையளவு துணை செய்ய இயலும் என்று உய்த்துணர உதவுகின்றன.

சூழ்நிலையும் உளநலமும்

அண்மைக் காலம் வரை பரம்பரை மூலம் ஏற்படும் மரபுநிலைக் குறைபாடுகளைத் தடுக்கவே இயலாதென்று நம்பி வந்தனர். ஆனால், இத்தகைய மரபுநிலைக் குறைபாடுகளுக்குக் காரணமாக உள்ள உயிரியல் இரசாயனக் கோளாறுகளை நன்கு புரிந்துகொண்ட நிலையில் இவற்றையும் பெருமளவு தடுத்து நிறுத்திவிடலாம் என்ப தனை ஆராய்ச்சிகள் இன்று எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. இவ் வாராய்ச்சிகள் உளநலத்திற்குச் சூழ்நிலை எத்துணையளவு உதவு கின்றது என்பதை வலியுறுத்துகின்றன. உளத்திறன் பின் தங்கிய நிலையினை (mental retardation) எடுத்துக் கொள்வோம். இது நுண்ணறிவு குறைவான நிலையினைக் குறிக்கிறது. இத்தகைய நுண்ணறிவுக் கோளாறு பரம்பரைவழியாக ஏற்படுவதாகும். கருவாக உள்ள நிலையில் Pkv (Phenylanine) என்ற ஓர் இரசா யனப் பொருள் உரிய வகையில் பயன்படுத்திக்கொள்ளப்படாத நிலையே இக் கோளாறுக்கு வழிகோலுகின்றது. 'குரோமோ சோம்கள் தவறான வடிவில் அமைவதனாலேயே இவ்வாறு Pkv-ஐ சரிவரப் பயன்படுத்திக்கொள்ள இயலுவதில்லை. இந் நிலையில் குரோமோசோம்களின் வடிவினை மாற்றி அமைப்பதனால் இக் கோளாறு தவிர்க்கப்படக்கூடும். சரியானபடி மாற்றியமைக் கப்பட்ட நிலையில் இக் குரோமோசோம்கள்' பி. கே. வினை இரசா யன முறைப்படி அமினோ ஆசிடாக (amino acid) மாற்றிப் புரோட்டினை (protein) உற்பத்தி செய்யும் திறன் பெறுகின்றன. இவ்வழியாகப் பிற்காலத்தில் ஏற்படவிருக்கும் உளத்திறன் பற்றுக் குறை தவிர்க்கப்படுகின்றது. இந்தச் சுரப்பிநீர் இல்லாத நிலையில் மூளைத் திசுக்களை மயங்க வைக்கும் விஷப்பொருள்கள் உற்பத்தியாகிவிடுகின்றன. குழந்தைகளின் உணவினின்று புரோசச் சத்தினை அகற்றுதல் மூலம் மிகக் கடுமையான 'உளத்தின் பின்தங்கிய நிலைகள்' தவிர்க்கப்பட்டுள்ளன. இத்-

தகைய குழந்தைகள் ஆப்பிள் சாறு, பியர் சாறு (Pear Sauce), ஸ்டார்ச்சுப் பொருள்கள், கொழுப்புப் பொருள்கள் ஆகியவற்றை மட்டுமே உட்கொண்டு ஏனைய சிறுவர்களைப் போன்றே இயல்பான உடலையும், உளத்திறனையும் பெற்று வளர்கின்றனர்.

காலக்டோசெமியா (galactosemia) என்ற ஒரு நோயும் மரபு நிலை நோயாகக் காணப்படுகின்றது. இந் நோய் பாலில் அடங்கியுள்ளவற்றை ஓர் பயனுள்ள பொருளாக மாற்றுவதற்குக் காரணமாக விளங்கும் ஓர் சுரப்பி நீர் (enzyme) இல்லாமலிருப்பதால், ஏற்படுகின்றது. குழந்தைகளின் உணவிலிருந்து பாலை நீக்குவதால் இந் நோய் தவிர்க்கப்படலாம்; மூளை, கண்கள், ஈரல் போன்றவை இந் நோயினின்றும் காக்கப்பட இயலும். எத்துணை விரைவில் இத்தகைய கட்டுப்பாடான உணவை மேற்கொள்கின்றேமோ அத்துணை அளவிற்கு இந் நோய் தவிர்க்கப்படுவது சாத்தியமாகின்றது. சிஸ்டிக் ஃபைப்ரோசிஸ் (cystic fibrosis) என்ற நோயும் இத்தகைய மரபு நோயே.

இன்று மருத்துவத் துறையில் காணப்படும் சிக்கல்வாய்ந்த உயிர் இரசாயனச் சோதனைகள்மூலம் கோளாறான ஜீன்கள் ஒருவரிடம் காணப்படுகின்றனவா என்று அறிதல் கூடும். ஒருவரது பரம்பரையை ஆராய்வதனாலும் இத்தகைய வாய்ப்பாளர்களை நாம் அறிந்துகொள்ள முடியும்.

பரம்பரை மேம்பாட்டு இயல்

பரம்பரை மேம்பாட்டு இயல் (Eugenics) என்ற அறிவியல் துறை நல்ல பரம்பரையை உருவாக்குதல் எப்படி என்று நியதிகளை வகுத்துக் கூறுகிறது. பரிசோதனைகள் மூலம் கண்டறியப்பட்ட இந் நியதிகளை உணர்ந்து கடைப்பிடித்தல் உளநலம் மிகுந்த புதிய சமுதாயத்தை உருவாக்கப் பெரிதும் உதவி செய்யும். குறிப்பாகத் திருமண உறவு கொள்ளும்போது ஒருவரது சமூக, பொருளாதார நிலைகளில் கவனம் செலுத்துதல் போன்றே அவரது குடும்பத்தின் உளநல வரலாற்றிலும் மிக்க கவனம் செலுத்துதல் அவசியம். பரம்பரைக் கோளாறுகள் நிறைந்த குடும்பங்களில் மண உறவு கொள்ளுதல் பெரிதும் தவிர்க்கப்படுதல் வேண்டும். குறைபாடுடைய ஜீன்கள் கொண்ட ஒருவருடன் மண உறவு கொள்ளுதல் கூடாது. ஒரே குடும்பத்தில் திரும்பத் திரும்ப மண உறவு கொள்ளுதலைவிட வேற்றுக் குடும்பங்களில் உறவு கொள்ளுவதே உள-உடல் நலம் நிறைந்த குழந்தைகளைப் பெறப் பெரிதும் துணை செய்யும். இவ்வகையில் கலப்பு மணம் மிகவும் சிறந்ததாகும். இப் பிரச்சினைகள் குறித்து இந் நூலின் வேறோர் அத்தியாயத்தில் விளக்கியிருக்கிறோம்.

9. தாய் வயிற்றுச் சூழலும் உளநலமும்

தாய் வயிற்றுச் சூழலின் முக்கியத்துவம்

உயிரி பொரிக்கப்பட்ட முட்டை தாயின் கருப் பையினையே சூழ்நிலையாகக் கொண்ட கருவாக வளரத் துவங்குகின்றது. தாய் வயிற்றுச் சூழ்நிலை உடல்-உள்ள வளர்ச்சியில் மிகமிக முக்கியமான பருவங்களுள் ஒன்றாக விளங்குகிறது. எனவே, பிற்காலத்தில் ஒருவர் பெறவிருக்கும் உளநலத்திற்குப் பெருமளவு வழிகோலுவதாக உள்ள சூழ்நிலையினைச் சிறப்பாக அமைத்துக் கொள்ளுதல் அவசியம். அண்மைய (recent) ஆண்டுகளில் மேற்கொள்ளப்பட்ட எண்ணற்ற ஆராய்ச்சிகள் பிறப்பிற்கு முற்பட்ட கருப் பருவத்தினை பாதிக்கும் பல காரணிகளை எடுத்துக் காட்டியுள்ளன.

சமூகப் பொருளாதாரச் சூழ்நிலை

தாய் சமூகத்தில் ஓர் உறுப்பினளாக இருக்கும் அளவிற்கு அவள் வாழும் சமூகப் பொருளாதாரச் சூழ்நிலை (socio-economic status) அவளைப் பல வழிகளில் பாதிக்கின்றது. எனவே, இவற்றின் விளைவாக அவளது வயிற்றில் வளரும் கருவும் பாதிக்கப்பட நேரிடுகிறது. தாழ்ந்த சமூகப் பொருளாதார நிலையினைச் சேர்ந்த தாயின் குழந்தைகள் மேல்நிலை சமூகப் பொருளாதார நிலையினைச் சேர்ந்த தாயின் குழந்தைகளைப் போன்று அவ்வளவாக உள-உடல்நலம் பெற்றிருப்பதில்லை. இக் குறைபாட்டிற்குப் பிறப்பிற்கு முன் காலத்தில் அவற்றிற்குக் கிடைக்கும் உணவூட்டமும், பராமரிப்புமே முக்கிய காரணங்களாகக் கருதப்படுகின்றன. இவ்வாறே சமூகத்தில் ஏற்படும் பலவித மாறுதல்களும் குழந்தைகள் பலவற்றையும் கருவிலேயே பாதிப்பதுண்டு. வறுமை, பஞ்சம், வெள்ளம், போர் போன்றவை ஏற்பட்ட வேளைகளில் அனைவருமே வெளிப்படையாக பாதிக்கப்படுகின்றனர். இவ்வளவில் தாய் பாதிக்கப்பட, அவளது கருப்பையில் வளரும் கருவும் வெகுவாக பாதிக்கப்படுவதில் வியப்பில்லை குறிப்பாக, இத்தகைய காலங்களில் உணவுப் பழக்கங்கள் எளிதில் பாதிக்கப்பட்டுவிடுகின்றன.

அன்றியும் இத்தகைய வேளைகளில் அனைவரிடமும் மன எழுச்சி அழுத்தங்கள் மிக அதிகரிப்பதும் இயற்கையே. இது போன்ற சூழ்நிலை மாறுதல்கள் தாயினை நேரடியாக பாதிப்பதன்மூலம் கருவினையும் பெரிதும் பாதிக்கின்றன. கருவுற்ற தாயின் உணவூட்டமும், மன எழுச்சி நிலையும் பிறக்கவிருக்கும் குழந்தையினைப் பெருமளவிற்கு பாதிக்கவல்லன. மேலும் குழந்தை கருவாகத் தோன்றும் காலமும் அதன் உடல்-உள வளர்ச்சியைப் பெரிதும் பாதித்தல் உண்டு. சான்றாக, குளிர்காலத்தில் பிறக்கும் குழந்தைகள் நலம் குன்றியிருப்பதனைச் சில ஆய்வாளர்கள் எடுத்துக் காட்டியுள்ளனர்.

தாயின் உடல், உள்ள அமைப்புகள்

சமூகப் பொருளாதார நிலைகள் மட்டுமன்றி தாயின் உடல். உள்ள அமைப்புகளும் பெருமளவு குழந்தையினை பாதிக்கக்கூடும். குறிப்பாகக் கருவுற்ற தாயின் வயது குழந்தையைப் பெரிதும் பாதிக்கவல்லதாக அமைகிறது. 40 வயதிற்கும் மேலான தாய் கருவுற்றுப் பெறும் குழந்தை அவ்வளவாக உடல்-உளநலம் கொண்டதாக இருப்பதில்லை. 40 வயதளவில் தாய்க்கு உடல் வளர்ச்சி குறையத் துவங்குவதன் காரணமாக இந்நிலை ஏற்படுதலும் கூடும். 40 வயதளவில் தாயின் ஒவ்வொரு வளர்ச்சியும் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகக் குறைவதன் காரணமாகத் தன் வயிற்றில் வளரும் குழந்தைக்குப் போதிய ஊட்டமான கருச் சூழ்நிலையை அளிப்பது இயலாமற்போவதனுல் இந்நிலை ஏற்படுதல் கூடும். தாயின் வயது குழந்தையை பாதிப்பது போன்று தந்தையின் வயது அவ்வளவாக பாதிப்பதில்லை. இதுவன்றி அடுத்தடுத்துப் பிரசவத்திற்குள்ளாகும் தாயின் குழந்தைகளும் உடல்-உள நலம் குன்றியவையாக இருக்கின்றன. குறிப்பாக, அடுத்தடுத்து ஏற்பட்ட நான்கு பிரசவங்களுக்குப் பிறகு அடுத்துப் பிறக்கும் குழந்தைகள் உடல்-உள நலம் குன்றியிருப்பது இயல்பு. இளம் வயதான தாய் அடுத்தடுத்துக் கருத்தரிப்பதாலும் தாயும் குழந்தையும் பெருமளவு பாதிக்கப்படுகின்றனர். தாயின் உடல் நலம் பெருமளவிற்குக் கருவாக வளரும் குழந்தையினை பாதிக்கின்றது. வலிவு குன்றிய தாய் குழந்தைக்கு வேண்டிய அளவிற்கு உணவூட்டம் அளிப்பது இயலாது. இந்நிலையில் கருவின் வளர்ச்சியும், வளர்ச்சி வேகமும் வெகுவாக பாதிக்கப்படுகின்றன. மேலும், தாய் டாக்சிமியா (Toxemia), இரத்தம் கொட்டுதல் (Bleeding) போன்ற கருதரித்தல் கோளாறுகளுக்கு உட்படும் வேளைகளில் வளரும் கருவின் நலம் பெரிதும் பாதிக்கப்படுகிறது. அதேபோல் எரித்ரோபிளாஸ்டோசிஸ் (Erythroblastosis) எனும் இரத்த சம்பந்தமான

கோளாறும் கருவினைப் பலவிதங்களில் பாதித்தல்கூடும். தாயின் இரத்தத்தில் புரதச் சத்துகள் இக்கோளாற்று வகையில் அமையுமானால், பிறக்கும் குழந்தைகளும் இக் கோளாற்றிற்குள்ளாகின்றனர். தாயின் நாளமில்லாச் சுரப்பியின் (endocrine gland) இயக்கங்கள் கருவின் வளர்ச்சியினைப் பெரிதும் பாதிக்கின்றன. தாய் நீரிழிவு (diabetes and prediabetes) கொண்ட அளவில் பிறக்கும் குழந்தையின் நலம் பெருமளவிற்குப் பாழ்படுகின்றது. ஜெர்மன் மணல்வாரி (German Measles) என்ற தொற்றுநோயால் தாய் தாக்கப்பட்டால் அதனைத் தொடர்ந்து பிறக்கும் குழந்தைகள் செவிடுகளாகவும், குருடுகளாகவும், இருதய நோயுடையவைகளாகவும், உள வளர்ச்சியில் பின்தங்கியவைகளாகவும் பிறக்கின்றன என்றும் ஆய்வாளர்கள் கண்டுள்ளனர்.

கருவின் பௌதிகச் சூழ்நிலை

கருவின் பௌதிகச் சூழ்நிலையும் குழந்தையினை மிகவும் பாதிக்கின்றது. சான்றாக, எக்ஸ்-ரே கதிர்கள் மிகுதியாகத் தாக்கப்படுவதனைக் குறிப்பிடலாம். கருவுற்ற மூன்று மாதங்களுக்குள் தாய் இவ்வாறு எக்ஸ்-ரே கதிர்களால் தாக்கப்பட்டால், பிறக்கும் குழந்தைகள் பல குறைபாடுகள் கொண்டவையாகப் பிறக்கின்றன. கருவுற்ற தாயிடம் ஒருசில நச்சுப் (toxic) பொருள்கள் சேருவதாலும், குழந்தை அவற்றால் அதிக அளவிற்கு பாதிக்கப்படுவதுண்டு. அபார்ட்டிஃபேசியன்ட் (abortifacient) எனும் நச்சுப் பொருள் குழந்தைகளின் உடல் அமைப்புகள் தவறான முறையில் உருவாவதற்குக் காரணமாக அமைகின்றது. இதனைப் போன்றே புகையிலையும் இத்தகைய விளைவுகளை ஏற்படுத்தக்கூடும் என்றும் கருதப்படுகிறது. அதேபோல் தாயிடம் ஏற்படும் ஆக்ஸிஜன் குறைந்த நிலையும் (anoxia) பிறக்கவிருக்கும் குழந்தையின் நலத்தை பாதிப்பதாக நம்பப்படுகின்றது. சிஃபிலிஸ் (Syphilis), புருசெல்லோசிஸ் (Brucellosis), டாக்ஸோபிளாஸ்மோசிஸ் (Toxoplasmosis), எச்சிற் சுரப்பி வைரஸ் (Salivary gland virus), காக்ஸ்சாகே வைரஸ் (Coxsakie virus), போலியோ வைரஸ் (Polio virus), ரூபில்லா வைரஸ் (Rubella virus), ஹெர்பிஸ் வைரஸ் (Herpes virus) போன்ற நோய்கள் தாயினைத் தாக்குமாயின் பிறக்கும் குழந்தையின் உடல், உளநலம் வெகுவாக பாதிக்கப்படுகின்றன. தாய் ஈடுபடும் உடல் சார்ந்த நடவடிக்கைகளும் கருவினைப் பெருமளவு பாதித்தல் உண்டு. கருவுற்ற காலத்திலும் சலவைத் தொழிலில் தொடர்ந்து ஈடுபட்டிருந்த தாய்க்குப் பிறந்த குழந்தைகள் நலம் குன்றிப் பிறந்ததனை ஓர் ஆராய்ச்சி எடுத்து காட்டுகிறது. இவ்வாறு அதிகமாக உடல் உழைப்பினை

வேண்டும் அலுவல்களில் தாய் கருவுற்ற நிலையிலும் தொடர்ந்து ஈடுபடுவது குழந்தையின் நலனிற்குக் கேடு விளைவிக்கக்கூடும். தாய்க்கு ஏற்படும் உடல் அதிர்ச்சிகள் குழந்தையிடம் வெகு முக்கியமான விளைவுகளை ஏற்படுத்துதல் உண்டு. கருவுற்ற தாய் தவறிக் கீழே விழுதல் குழந்தையின் உயிருக்கே ஆபத்தாக முடிவடைதல் உண்டு. உயிர் தப்பிய குழந்தைகள்கூட ஆபத்தி னின்று தப்பிவிட்டன என்று கொள்வதற்கில்லை. கருவின் தலையில் ஏற்படும் காயங்கள் மூளையைத் தாக்கிப் பல உளக் கோளாறு களுக்கும் நோய்களுக்கும் அடிப்படையாக அமைந்துவிடுதலும் உண்டு. இவற்றினின்றும் தலையில் காயமடையாத குழந்தைகளும் கூட முற்றிலும் ஆபத்தினின்று தப்பிவிடுவதில்லை. சில வேளை களில் குழந்தையைச் செயற்கை முறையில் பிறப்பிக்கச் செய்ய வேண்டிய கட்டாயம் ஏற்படுதலும் உண்டு. இத்தகைய பிறப்பு கள் பின்னுளைய உளநலத்தினைப் பெருமளவு திட்டமிடுதல் இயல்பே.

தாயின் உளநிலை

கருவின் உடல்-உள வளர்ச்சியில் இடம் பெறும் மிக முக்கிய மான காரணிகளுள் தாயின் மனநிலையும் ஒன்றாகும். கருவுற்ற தாய் தனக்குப் பிறக்கவிருக்கும் குழந்தையின்மேல் கொண்டுள்ள நோக்கும் (attitude) முக்கியத்துவம் வாய்ந்த உளநலப் பிரச்சினை யாக அமைதல் உண்டு. பல்வேறு காரணங்களின் அடிப்படையில் ஒருசில பெண்கள் தங்களுக்குக் குழந்தை பிறப்பதனை விரும்புவ தில்லை. மணமாகாது தாயாக நேர்ந்த பெண்களும், மண வாழ்வு மகிழ்வு பெறாத பெண்களும், வறுமை நிலையில் அடுத்தடுத்துப் பல குழந்தைகளுக்குத் தாயாக நேர்ந்த பெண்களும், தங்கள் உடல் அழகு குழந்தை பிறப்பதால் குன்றிவிடுமே என்று அஞ்சும் பெண் களும், குழந்தை பிறப்புபற்றிய தவறான குருட்டு நம்பிக்கைகள் மிகுந்த பெண்களும், தங்களுக்குக் குழந்தை பிறப்பதனை அவ்வள வாக ஆவலுடன் வரவேற்பதில்லை. இதனால் இவர்களது மெய்ப் பாட்டுநிலை பெருமளவு பாதிக்கப்படுகிறது. இது போன்ற மெய்ப்பாட்டு நிலையும், ஏனைய உள அதிர்ச்சிகளும் பிரசவப் பாங்கினைப் (type of delivery) பெரிதும் பாதிக்கின்றன. இதனால் இயற்கைப் பாங்கில் குழந்தை பிறப்பதில்லை. குறை மாதத்தில் பிரசவம் ஏற்படுதல், காலம் கடந்து பிரசவம் ஏற்படுதல், மிகக் கடினமாகப் பிரசவ வலி ஏற்படுதல், குழந்தையை வெளியேற்ற ஆயுதங்களைப் பயன்படுத்த வேண்டிய அவசியம் ஏற்படுதல் போன்ற பல பிரச்சினைகளும் இந்நிலையில் ஏற்படுவது உண்டு. பிரசவப் பாங்கு குழந்தையின் உள நலத்தை, ஏன் உயிரையேகூட பாதிப்பது உண்டு. பிரசவ அதிர்ச்சி ஒருவரது ஆளுமையையே

வெகுவாகத் தீர்மானித்தல் கூடும் என்பதனைப் பல உளவிய லறிஞர்கள் வலியுறுத்தியுள்ளனர். இவ் உண்மையைச் சென்னைப் பல்கலைக் கழகத்தில், உளவியல் ஆய்வுத் துறையைச் சேர்ந்த இராஜலட்சுமி வர்மா நடத்திய ஆய்வும் எடுத்துக் காட்டியுள்ளது. பிறப்பில் தொல்லைகள் ஏற்பட்ட குழந்தைகள் ஏனைய குழந்தை களைக் காட்டிலும் அதிக அளவு பிரச்சினைகள் கொண்டவைகளாக இருக்கின்றன என்று இவ்வாய்வு முடிவுகள் எடுத்துக் காட்டி யுள்ளன. குறிப்பாக, பழக்கக் கோளாறுகள், ஆக்கிரமிப்புத் (aggressive) தன்மை, இணங்காதிருத்தல், உண்ணல், உறங்கல் போன்றவற்றில் பிரச்சினைகள் கொண்டிருத்தல் போன்ற பல உளவியற் கோளாறுகளும் இவ்வாறு பிரசவக் கோளாற்றில் பிறந்த குழந்தைகளிடையே மிகுந்திருப்பதனை இராஜலட்சுமியின் ஆய்வு சுட்டிக் காட்டுகிறது. இவ்வாறு தாய்வயிற்றுச் சூழலில் வாழ்வைத் துவங்கும் குழந்தையின் உடல்-உள நலனைப் பல காரணிகள் பாதிக்கும் தன்மை கொண்டவையாகக் காணப்படு கின்றன இதனை உணர்ந்து இவற்றைக் களைவதன்மூலம் கருவிற்கு ஏற்ற உளநலத்தையும் உடல்நலத்தையும் நாம் அமைத்துத் தரமுடியும். இன்றைய மருத்துவ ஆராய்ச்சிகள் இன்ன இன்ன குறைபாடுகளைத் தோற்றுவிக்கின்றன என்று கூறுவதில்லை.

எண்ணற்ற கோளாறுகளில் பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைகள் கருவாக வளர்ந்த அளவில் இத்தகைய நிலைகள் ஏற்பட்டிருந்தன என்றே எடுத்துக் காட்டுகின்றன. காலப் போக்கில் மருத்துவ ஆய்வுகள் திட்டவட்டமான முடிவுகள் வெளியிடுவது திண்ணம். ஆனால், இன்றைய நிலையில் நாம் பொதுவாக இந்தக் காரணிகள் தான் வளரும் குழந்தையின் நலனை பாதிக்கவல்லன என்று மட்டுமே கூற இயலும். இவற்றை விலக்குதல் நல்ல உளநலத்திற்கு வழி செய்வது உறுதி.

உணவூட்டம்

பல வழிகளில் மேலே கூறிய காரணிகளைக் களைய முடியும். முதலாவதாகத் தாய் கருவுற்ற காலத்தில் நல்ல உணவூட்டமளித் தல் இன்றியமையாதது ஆகும். தாய்க்குத் தனிப்பட்ட முறையில் அதிகக் கவனம் செலுத்துவதன்மூலம் சமூகச் சூழ்நிலை அவளை அவ்வளவாக பாதிப்பதனை ஓரளவு தடுக்க இயலும். அன்றியும் குடும்பத்தினைத் திட்டமிட்டு அமைப்பதன் மூலம் பற்பல இடையூறு களைக் களைய முடியும். குறைந்த வருவாயுடைய பெற்றோர் குடும்பத்தினைத் திட்டமிடுவதன்மூலம் குடும்பப் பொருளாதார நிலையினை ஓரளவு உயர்த்திக்கொள்ள முடியும். குழந்தை பெறும் காலத்தினையும் பெற்றோர் பெருமளவிற்குக் கட்டுப்படுத்த முடியும்.

தாய் உடல்நலம் குன்றிய காலத்தில் கருதரிப்பதனைத் தவிர்த்தல் வேண்டும். அதேபோல் 40 வயதளவிலும் அதற்குப் பிறகும் கருதரிப்பதனையும் கட்டுப்படுத்தி விடுதலும் கூடும். இதே போன்றே அடுத்தடுத்துக் குழந்தை பிறப்பதனையும் நிறுத்திவிடுதலும் வேண்டும். தாயின் நலத்தில் அறிவியற்பாங் காக அக்கறை காட்டுதல் பல பிரச்சினைகளைத் தவிர்க்க வழி கோலும். கருவுற்ற தாய் கருவினை பாதிக்கக்கூடிய நோய் களினின்று தப்புவதற்கான பாதுகாப்பு முன்னெச்சரிக்கைகளை மேற்கொள்ளல் அவசியம்.

கருவுற்ற தாய் அலுப்பேற்படுத்தும் அலுவல்களைத் தவிர்த்தல் அவசியம். மாடிப்படி ஏறுதல் போன்ற வேலைகளில் எச்சரிக்கை யுடன் இருத்தல் வேண்டும். இவ் வேலைகளில் கீழே தவறி விழுதல் தவிர்க்கப்பட வேண்டும். இதனால் தாய் சோம்பல் மிக்க வாழ்வினையே மேற்கொள்ள வேண்டுமென்பதில்லை. சாதாரண மாக ஏனைய அனைவரையும் போன்றே அவளும் நடந்துகொள்ள வேண்டும். சமூக நிகழ்ச்சிகளில் கலந்துகொள்ளுதல், உடல் பயிற்சிகளில் ஈடுபடல் ஆகியவற்றிலும் எந்த ஒரு புதிய மாறுதலை யும் மேற்கொள்ள வேண்டும் என்ற கட்டாயம் இல்லை.

இயல்பான சாதாரண வாழ்க்கை முறையை நன்கு அனுபவித்து மகிழ்வதே கருவுற்ற தாய்க்கு நல்ல பயனை அளிக்கும். அதிகமாகக் களைப்பு ஏற்படாத அளவிற்கு இத்தகைய அன்றாடக் காரியங்களில் தாய் ஈடுபடுவது விரும்பத்தக்கதே. எனவே, கருவுற்ற தாயே தான் ஈடுபட வேண்டிய காரியங்களையும், அவற் றின் கால அளவையும் தனக்கு அவை ஏற்படுத்தும் மகிழ்ச்சியின் அடிப்படையில் திட்டமிட்டுத் தீர்மானித்துக் கொள்வதே பொருந் தும். கருவுற்ற பருவ இறுதி நாள்களில் அலுப்பேற்படுத்தும் எந்த ஒரு காரியமும் தாய்க்கு மகிழ்வளிப்பதில்லை. எனவே, தாய்க்கு அவளது உள்ள உணர்ச்சியே அவளது நடவடிக்கைகளை வகுத்துக் கொள்ள உதவும் வழிகாட்டியாக விளங்கவேண்டும். இதனைப் பின்பற்றுதலே சிறப்பு.

கலவிபற்றிய கருத்துகள்

கரு தரித்துள்ள மனைவியுடன் கலவி செய்தல் தவிர்க்கப்பட வேண்டுமா என்று பலர் அறிய விரும்புவது இயல்பே. இது இப் பருவத்தில் முற்றிலும் தவிர்க்கப்படவேண்டும் என்று சிலர் கருது கின்றனர். இப் பருவத்தில் கலவி செய்வதால் கரு பாதிக்கப்பட்டு விடும் என்ற நம்பிக்கையே இவ்வாறு கருதுவதற்குக் காரணம்

சிலர் இப் பருவத்தில் எத்துணைக் காலம் வரை கலவி செய்யலாம் என்று அறிய விரும்புகின்றனர்.

மிக நல்ல உடல்நலம் பெற்ற சில பெண்கள் கலவிக்காகப் பெருவிருப்பம் கொண்டிருக்கின்றனர். இவர்களுக்கு இப் பருவத்தில் இதன்மூலம் கிடைக்கும் மன நிறைவு இப் பருவத்திற்கு முந்திய காலங்களில் இதனுல் பெற்ற மன நிறைவைவிட அதிகமாக இருக்கிறது. இத்தகைய வேளைகளில் கலவி செய்தலே சிறப்பு. ஆனுல், கலவி பெண்ணிற்குத் துன்பமளிப்பதாகவும் விருப்பமற்றதாகவும் இருக்கும் வேளைகளில் அதனைத் தடுத்தலே வேண்டும். எனவே, பெண் எத்துணையளவு விரும்புகிருளோ எத்துணை அளவு அனுபவிக்கிருளோ அத்துணை அளவிற்கு அவளுடன் கலவி செய்தலே நன்று. இந்நிலையில் ஒருவருக்கொருவர் புரிந்துகொண்டு செயல்படல் வேண்டற்பாலது. பிரசவ வலி ஏற்படுவதற்கு மூன்று மணி நேரம் அல்லது அதற்கும் குறைவான கால அளவிற்கு முன்புகூட நன்கு அனுபவித்துக் கலவி செய்த பெண்களை மருத்துவ வரலாறுகள் எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. இவ்வேளைகளில் குழந்தைக்கு எவ்வித பாதிப்பும் ஏற்படாமல் இருப்பதனையும் இவ் வரலாறுகள் எடுத்துக் காட்டுகின்றன. கருதரித்த இறுதி மாதங்களில் கரு பெரிய அளவினதாக இருக்கும் வேளைகளில் வயிற்றின் கீழ்ப்புறத்தில் அதிக அழுத்தம் ஏற்படாது கவனித்துக்கொள்ளுதல் மிகமிக அவசியம்.

நல்ல மெய்ப்பாட்டின் இன்றியமையாமை

கருவுற்ற தாய்க்கு இதமான இன்பகரமான மெய்ப்பாட்டுச் சூழ்நிலையை ஏற்படுத்தித் தருவது, தாயின் உளநலத்திற்கும் வளரும் குழந்தையின் உளநலத்திற்கும் பெருமளவு உதவும். அதிர்ச்சி தரும் செய்திகளைத் தாய்க்கு இவ் வேளைகளில் தெரிவிக்காதிருப்பது நலம். தாய் பிறக்கவிருக்கும் குழந்தைமேல் நல்ல உடன்பாடான நோக்குக் கொண்டு, விரும்பி அதனை எதிர்பார்க்கும்படி செய்ய வேண்டுதல் அவசியம். தாய் பிரசவம்பற்றிக் கொண்டுள்ள குருட்டு நம்பிக்கைகளை விளக்கங்கள் மூலம் போக்குதல் அவசியம். தாய்க்கு முதற் பிரசவ வேளைகளில் இத்தகைய குருட்டு நம்பிக்கைகள் மிகுந்திருப்பது இயல்பே. குறிப்பாகத் தாய்க்கு இவ் வேளைகளில் பாதுகாப்பு (security) உணர்ச்சி அதிகமாகத் தேவைப்படும். இதனை உணர்ந்து செயல்படுதல் நலம் பயக்கும். இத்துடன் தாயின் கிலி உணர்ச்சியைக் (anxiety) கொஞ்சம் கொஞ்சமாகக் குறைத்துப் போக்குதல் அவசியம்.

பொதுவாகக் கருவுற்ற தாயும் ஏனைய அனைவரையும் போன்ற ஒருத்தியே. எனவே, எல்லோருக்கும் பொதுவான உளநல விதிகளே அவளுக்கும் பொருந்தும். ஆனால், கருவுற்ற வேளையில் அவளுக்குப் புதிய பல சூழ்நிலைகளும், சிக்கல்களும், பிரச்சினைகளும் எழுவது இயற்கையே. இயல்பான வேளைகளில் ஒருசில எளிய நடைமுறையில் இயலுகின்ற உளநல விதிகளைப் பயன்படுத்திப் பின்பற்றுவதன்மூலம் பெரும் நன்மைகளை நாம் அடைதல்கூடும். ஆனால், அதே வேளையில் இவ் எளிய விதிகளைப் புறக்கணிப்பதனால் அல்லது இவற்றினின்று தவறுவதனால் பெரும் கேடு ஏற்படுதல் திண்ணம். இதனை உணர்ந்து பின்பற்றுதலே உளநலத்தை மிகுத்துக் கொள்ளச் சிறந்த வழி.

10. குழந்தைப் பருவத்தின் முக்கியத்துவம்

உளநலத்திற்கான அடிப்படைகளை அமைத்துத் தர இறுதியான சிறந்த வாய்ப்பாக விளங்குவது குழந்தைப் பருவமே. ஒருவரது ஆளுமையினை குழந்தைப் பருவம் பெருமளவிற்குத் தீர்மானிக்க முடியும் என்பதை உளவியலார் அனைவருமே இன்று ஏற்றுக் கொள்கின்றனர். குழந்தைப் பருவத்தே இடப்படும் அடிப்படை வித்துகளே வாழ்வு முழுவதும் ஒருவரிடம் நீடித்து இயங்குகின்றன. சிறந்த உளவியல் முறைகளின்படி வளர்க்கப் படும் குழந்தை வாழ்வு முழுவதும் உளநலம் பெற்றுத் திகழ்வது திண்ணம். குழந்தைப் பருவத்தே பிறழ்வான முறைகளின்படி வளர்க்கப்பட்டுவிட்ட குழந்தைகள் வாழ்நாள் முழுவதுமே பிறழ்வு நிலையடைந்து வருந்துகின்றன. 'விளையும் பயிர் முளையிலே' எனும் பழமொழி இக் கருத்தினை வலியுறுத்துகிறது. குழந்தைப் பருவத்தில் உருவாகும் ஆளுமையினை ஏனைய பருவங்களில் வெகுவாகத் திருத்தியமைக்க இயலுவதில்லை என்பதை உளவியல் ஆராய்ச்சிகள் சில எடுத்துக் கூறுகின்றன. இவ்வாறு மரபியலால் இடப்பட்ட எல்லைக் கோடுகளுக்குட்பட்ட வகையில் சிறந்த முறையில் எவ்வாறு ஒவ்வொருவரையும் அவரவர் தனித் துவம் (individuality) சிறந்து வெளிப்படும்வண்ணம் உருவாக்குவது என்று அறிந்துகொள்வது அவசியமாகும். இதற்கேற்ப எவ்வாறு குழந்தைப் பருவ வளர்ச்சியைச் சீர்படுத்துவது என்று அறிய குழந்தையின் பிறப்பினின்று தொடர்ந்து அதன் வளர்ச்சியைப் படிப்படியாகக் கவனித்து ஆராய்தல் வேண்டும்.

பிறப்பு (Birth)

தாயின் கருப்பையில் மறைவாக வளர்ந்துவந்த குழந்தை முதன்முதலாகப் புற உலகில் வந்து சேர்வதனையே பிறப்புக் குறிக்கின்றது. கருப்பையில் வளர்ச்சியடைந்த குழந்தை பிறப்பிற்கு வேண்டிய முதிர்ச்சியடைந்ததும் தாய்க்கு 'வலி' ஏற்படுகிறது; பிரசவம் ஆகிறது. இயல்பான வேளைகளில் குழந்தை 'ஆற்றொழுக்

காக' க் கருப்பையினின்று வெளியேறி வெளிப்படுகின்றது. முதலில் தலை வெளிப்படுகிறது ; அதனைத் தொடர்ந்து உடல் முழுவதும் மெள்ள மெள்ள வெளிவருகின்றது. குழந்தை வெளி வந்ததும் வீறிட்டு அழுகின்றது. இதனையே ' பிறப்பழுகை ' (birth cry) என்று குறிப்பிடுகிறோம். தாயினிடமிருந்து தொப்புள் குழாய் வழியாகப் பிராணவாயுவையும் ஏனைய ஊட்டங்களையும் பெற்றுவந்த குழந்தை முதன் முதலாகத் தானாகச் சுவாசிக்கத் துவங்குவதனையே இப் பிறப்பழுகை குறிக்கிறது. பிறகு தொப்புள் குழாய் நறுக்கப்பட, குழந்தை தனியதாக இவ்வுலகில் தன் வாழ்வினைத் துவங்குகிறது.

இயல்பான வேளைகளில் 9 மாதம் 10 நாள்களில் பிறப்பு ஏற்படுகிறது ; ஆனால், சில வேளைகளில் சில காரணங்களின் அடிப்படையில் குழந்தை இக் குறிப்பிட்ட காலத்திற்கும் முன்பாகவே பிறந்துவிடுதலும் உண்டு. மிகக் குறுகிய காலத்தில் வெளியெடுக்கப்படும் குழந்தைகள் உயிர் வாழ்வதில்லை. 7 அல்லது 8 மாதத்தில் பிறக்கும் குழந்தைகள் பிழைப்பதற்கான வாய்ப்பு அதிகரிக்கிறது. பொதுவாகத் தாயின் உடல்நிலை இவ் வேளைகளில் பெரும் முக்கியத்துவம் பெறுகின்றது. குறைமாதக் குழந்தைகளை மிக்க கவனத்துடன் கவனித்தல் அவசியம். தாயின் வயிற்றில் குழந்தை பெற்றுவந்த தட்பவெப்பச் சூழ்நிலை சாதாரண பௌதிகச் சூழ்நிலையினின்று பெரிதும் மாறுபடுதல் இயல்பே. மருத்துவ மனைகளில் இத்தகைய உண்மைகளை மனத்தில் கொண்டு 'குறைகாலக்' குழந்தைகளுக்கென்று கண்ணாடி அறைகள் போன்ற வசதிகளை அமைத்திருக்கின்றனர். மருத்துவமனை வசதி பெறாத இல்லங்களில் குழந்தையினைக் கம்பளி அல்லது ஃபிளானல் துணி, பட்டைப் பஞ்சு ஆகியவற்றில் சுற்றி வைத்தல் நலம். இத்தகைய குழந்தைகளுக்கு 'சப்பு'வதற்கு வேண்டிய வளர்ச்சி குறைந்திருப்பின் இதுவும் பெருந்தொல்லையாக இருத்தல் உண்டு. இவ் வேளைகளில் பாலினைப் பஞ்சில் நனைத்துச் சொட்டுச் சொட்டாக மெள்ள ' ஊட்டுதல் ' வேண்டும்.

எல்லாக் குழந்தைகளும் ஒரேமாதிரியாக இயல்பான வழிப்படி பிறப்பதில்லை. சில வேளைகளில் குழந்தையின் தலை வெளியேறுவதற்கு முன்பாக அதன் உடல் வெளிப்படுதல் உண்டு. இவ் வேளைகளில் மிக்க முன்னெச்சரிக்கை எடுத்தல் இன்றியமையாதது. ஏனெனில், பிறக்கும் குழந்தையின் தலையே உடலைவிடப் பெரிதாக இருக்கும். இவ்வேளையில் தலை முதலில் வெளியேறும் போதே உடல் பின்தொடருதல் இயலும். சில வேளைகளில் குழந்தையின் உடல் வெளியேறிய பின் தலை வெளியேற இயலாமல்

போவதும் உண்டு. இந்நிலை தாயின் உயிருக்கே ஆபத்தாக முடிதல் கூடும். சில குழந்தைகள் முதிர்ச்சியடைந்த பின்னும் பிறக்காமல் தாய் வயிற்றிலேயே தங்கியிருத்தல் உண்டு. இவ் வேளைகளில் அவற்றை ஆயுதங்கள் கொண்டோ அறுவை முறையிலேயோ வெளியேற்றவேண்டும். இவ் வேளைகளில் குழந்தையின் தலையில் காயங்கள் ஏற்படுதல் உண்டு. இத்தகைய காயங்கள் பெருமளவு குழந்தையின் உளநலத்தை பாதிப்பதுண்டு. பிறப்பு வகை ஒருவரின் உளநலத்தினைப் பெருமளவு பாதிக்கவல்லதாக இருக்கின்றது. இவ் உண்மை சென்னைப் பல்கலைக் கழக உளவியல் ஆய்வுத் துறையில் இராஜலட்சுமி வர்மா மேற்கொண்ட ஓர் ஆய்விலும் தெளிவாக வெளியாகியிருக்கின்றது. பிறப்பு வகையில் பிரச்சினைகள் கொண்டிருந்த சிறுவர் சிறுமியர் ஏனையோரைக் காட்டிலும் அதிக நடத்தைக் கோளாறுகள் கொண்டிருந்ததனை அவர் எடுத்துக் காட்டியுள்ளார்.

தாயின் கருப்பையில் வளரும் குழந்தை நன்கு பாதுகாக்கப்பட்ட தன்னிறைவு கொண்ட சூழ்நிலையைக் கொண்டதாக இருக்கின்றது. வாழ்வின் உயிர்த் தேவைகளான உணவு, சுவாசம், தட்பவெப்பம் ஆகிய அனைத்தும் அதற்கு எவ்வித முயற்சியுமின்றிக் கிடைத்துவிடுகின்றது. தொப்புள் குழாய் வழியாகத் தாயிடமிருந்து ஊட்ட முழுவதையும் குழந்தை பெற்றுக் கொள்கிறது. உணவூட்டமன்றி பிராணவாயுவும் இவ் வகையிலேயே கிடைத்துவிடுகின்றது. ஆனல், பிறப்பிற்குப் பிறகு குழந்தை தானுக முயன்று இவற்றைப் பெறவேண்டிய அவசியம் ஏற்படுகிறது. இதற்கான புதிய பொருத்தப்பாடுகளை மேற்கொள்ளும் காரணத்தால் குழந்தையின் எடை முதலில் பெரிதும் குறைகின்றது. இந்தியக் குழந்தைகளின் பிறப்பு எடை பற்றிப் பல ஆய்வுகள் நடந்துள்ளன. ஏறக்குறைய 2,000 குழந்தைகளை ஆராய்ந்த குர்ஜால் (Gurjel) (1920) இயல்பாகப் பிறந்த குழந்தைகளின் சராசரி எடை 6 பவு. 8 அவு. என்று குறிப்பிடுகிருர். ஏறக்குறைய 10,000 குழந்தைகளின் எடையினை ஆராய்ந்த தாஸ் (Das) (1924) பிறந்த குழந்தையின் சராசரி எடை 5 பவு. 10 அவு. என்று கண்டுள்ளார். இந்து, முகமதிய, கிறித்துவ மதங்களைச் சார்ந்த குழந்தைகளை ஆராய்ந்த பால்ஃபோர் (Balfour, 1929) சராசரிக் குழந்தையின் எடை பிறப்பின்போது 5 பவு. 14.4 அவுன்சிலிருந்து 6 பவு. 3 அவுன்சு வரை இருப்பதாகக் கண்டுள்ளார். பால்ஃபோர், டல்பாடே ஆகியோர் (Balfour and Talpade, 1930) மில் தொழிலாளர்களது மனைவியர்க்குப் பிறந்த குழந்தைகளின் எடை பிறப்பு அளவில் 5 பவு. 8 அவு., 5 பவு. 13 அவு., 6 பவு. 1·6 அவுன்சு ஆக மூன்று தரமாக அமைவ

தாகக் கண்டுள்ளனர். இவ்வாறு இதுவரை நடைபெற்ற பல ஆய்வுகளின்மூலம் பிறப்பளவில் சராசரி இந்தியக் குழந்தையின் எடை 5 பவு. 5 அவுன்சிலிருந்து 6 பவு. 8·5 அவு. வரை பலதரப் பட்டதாக அமைகின்றது என்று அறிகிறோம். 1952-ல் கல்கத்தாவிலுள்ள அனைத்திந்திய நலவியல், மற்றும் பொதுநலக் கழகம் (Institute of Hygiene and Public Health) இதுபற்றி ஓர் ஆய்வினை ஏற்று நடத்தியது. இவ்வாய்வினை நடத்திய எம். என். ராவும், பீமலா பட்டாச்சார்ஜியும் கல்கத்தாவில் வாழும் வங்காளிப் பெற்றோரது குழந்தைகளையும் தென்னிந்தியப் பெற்றோர்களது குழந்தைகளையும் பிறப்பிலிருந்து தொடர்ந்து ஓராண்டிற்கு ஆராய்ந்தனர். இவர்களால் ஆராயப்பட்ட 46 குழந்தைகளும் இயல்பாகப் பிரசவிக்கப்பட்டவர்களாவர். இக் குழந்தைகள் பிறந்த நிலையில் 6½ பவுண்டு சராசரி எடை கொண்டிருந்தன. ஆனால், முதல் மூன்று நாள்களில் இவை தங்கள் எடையில் 9 அல்லது 10 அவுன்சுகள் இழக்கின்றன. தாயின் வயிற்றுச் சூழ்நிலையினின்று வெளிப்பட்டுப் புறச் சூழ்நிலைக்கு ஏற்றவாறு புதிய பொருத்தப்பாடுகள் (adjustments) கொள்வதற்கு முயற்சி செய்வதினாலேயே இத்தகைய எடை இழப்பு ஏற்படுகின்றது. இவ்வாறு புதிய பொருத்தப்பாடுகள் கொண்டபின் எடை மிகுவதும் இயல்பல்லவா? இதனையும் இவ்வாய்வினர் கண்டுள்ளனர். ராவும் பட்டாச்சார்ஜியும் மேற் கொண்ட ஆய்வில் இடம்பெற்ற குழந்தைகள் முதல் வார அளவில் தங்கள் பிறப்பு எடையை மீண்டும் பெறுகின்றன. இதன்பிறகு தினமும் 1·1 முதல் 1·3 அவுன்சு வரை இவற்றின் எடை கூடிய வண்ணமிருக்கிறது. முதல் 21–22 வாரங்களில் இக் குழந்தைகளின் பிறப்பு எடையான 6 பவு. 10 அவு. இரட்டிப்பாகின்றது.

இதே போன்றே பிறப்பளவில் குழந்தைகளின் உயரம்பற்றி யும் சில ஆய்வுகள் எடுத்துக் கூறுகின்றன. கோஷும் அவரது உடனுளர்களும் (Guosh etal, 1944) நடத்திய ஆய்விலும், ராவும் பட்டாச்சார்ஜியும் (M. N. Rao, B. Battachargee) நடத்திய ஆய்விலும் கிட்டியுள்ள முடிவுகளை அடுத்துள்ள அட்டவணையில் காணலாம்.

கோஷின் ஆய்வில் பிறப்பளவில் குழந்தைகளின் உயரம் 19·1" ஆக இருக்கின்றது. இவ் உயரம் 18·4 ஆக இருப்பதாக ராவும் பட்டாச்சார்ஜியும் குறிக்கின்றனர். பிறந்த குழந்தையைத் தாயுட னேயே விட்டு வைப்பதா அல்லது தாயையும் குழந்தையையும் தனித்தனியாகப் பிரித்து வைப்பதா என்று பல பெற்றோர்கள் தீர்மானிக்க இயலாது இருக்கின்றனர். பொதுவாகத் தாயின்

இந்தியக் குழந்தைகளின் உயரம்

	வயது				
	பிறப்பளவில்	13ஆவது வாரத்தில்	26ஆவது வாரத்தில்	39ஆவது வாரத்தில்	52ஆவது வாரத்தில்
	ஆண் குழந்தைகள்				
ஆய்வாளர்					
கோஷும் பிறரும் (1937)	19·1	23·6	26·2	27·6	28·2
ராவும் பட்டாச் சார்ஜியும் (1953)	18·4 0·8	24·4 1·0	26·2 1·0	27·5 1·0	29·4 1·3
	பெண் குழந்தைகள்				
கோஷும் பிறரும் (1937)	19·1	22·6	25·4	26·8	28·0

உடல் நலம் பாதிக்கப்படாத வேளைகளில் குழந்தையும் தாயும் உடன் இருப்பதே சிறந்தது. இதனுல் தாய் குழந்தைமேல் கொண்டுள்ள அன்பு உறுதிப்பட வாய்ப்பேற்படுகிறது. தாய்க்கும் மகிழ்ச்சி ஏற்படுகிறது. குழந்தை வளர்ப்பின் முதல் பாடத்தைத் தாய் கற்கிருள்.

ஒருசில மதத்தைச் சேர்ந்தோர் குழந்தையின் ஆண் உறுப்பின் தோலினைக் களைய விரும்புகின்றனர். இதனுல் அவ் உறுப்பினை அழுக்கடையாது வைத்திருத்தல் சுலபமாகிறது. இதனைத் தவிர இம்முறையினுல் எந்தப் பயனும் ஏற்படுவதற்கில்லை. ஆனுல், இவ்வாறு செய்வதற்கு முன் மருத்துவரது ஆலோசனை பெறல் முக்கியம். பொதுவாக இதனைக் குழந்தை பிறந்த ஓராண்டுக்குள் செய்வதே நன்று. ஓராண்டுக்குப் பிறகு இவ்வாறு செய்வதனுல் துன்ப அறிகுறிகளும் அச்சங்களும் குழந்தை உள்ளத்தில் நிரந்தரமாக ஏற்படுதல்கூடும்

பிறந்த குழந்தையும் உணவூட்டுதலும்

குழந்தை பிறந்தவுடன் அதற்கு உணவளிப்பதில் பல பிரச்சினைகள் ஏற்படுகின்றன. சில தாய்களின் உடல்நலக் குறைவு காரணமாக அல்லது ஊட்டக்குறைவு காரணமாகக் குழந்தைக்குப் போதிய அளவு பால் சுரக்க இயலுவதில்லை. தாயிடம் நிரம்பப் பால் இருக்கும் வேளைகளில்கூடச் சில குழந்தைகள் தாயிடம் பால் உண்ண மறுத்துவிடுதலும் உண்டு. இதற்கான காரணம் யாது என்று இன்றுவரை கண்டுபிடிக்க முடியவில்லை. தாயிடம் போதிய அளவு பால் சுரக்கும் வேளைகளில், குழந்தையும் விரும்பி உண்ணுமாயின் தாய் பால் ஊட்டுவதே மிகச் சிறந்த முறையாகும். இவ்வாறு தாய்ப்பாலே சிறந்தது என்று கூறுவதற்கு ஆதாரமிருக்கிறது. முதலாவதாக, தாய்ப்பாலே குழந்தைக்கு மிகவும் பொருத்தமான உணவாக விளங்குகிறது. இரண்டாவதாக, குழந்தைக்குப் பால் ஊட்டும்போது குழந்தை பிறந்ததின் காரணமாக விரிந்துள்ள தாயின் கரு உறுப்பு மறிவினையளவில் (reflex) சுருங்குகிறது. இதனால் அது தனது இயல்பான அளவினை விரைவில் பெறுவதற்கு வழி ஏற்படுகிறது. இதன்பொருட்டே பால் சுரக்க ஆரம்பிப்பதற்கு முன்பேகூட, ஒருசில மருத்துவர்கள் குழந்தையைத் தாயின் மார்பகத்தே வைத்திருக்கும்படி அறிவுறுத்துகின்றனர். மூன்றாவதாக, குழந்தைக்கும் தாய்க்கும் இடையே நெருங்கிய பிடிப்பு ஏற்படுத்துவதாக இத் தொடர்பு அமைகிறது; இவ்வாறு தாய்ப்பால் உண்ணாத குழந்தைகளிடம் இப் பிடிப்பு உணர்வு தடைப்படுகிறது. நான்காவதாக, தாயின் பிறப்புறுப்புத் துலங்கல் முழுவதுமாக நிறுவப்படாத வேளைகளில் குழந்தைக்குப் பாலூட்டுவது இத் துலங்கல்களை வலிவுற்றதாக்கி, பிற்காலங்களில் அவள் கலவியினின்று பெறும் மகிழ்ச்சியினை அதிகரிக்கிறது.

'அழுமூஞ்சிக்' குழந்தைகள்

பிறந்தது முதல் ஓரிரு வாரங்களுக்குக் குழந்தைகளின் அழுகை தொல்லை தரும் பிரச்சினையாக அமைவதுண்டு. 'பால் ஊட்ட வேண்டும்' என்பதற்கும் 'பால் ஊட்டியது போதும்' என்பதற்கும், தன் இடம் கழிவுப் பொருள்களால் நிறைந்துவிட்டது என்பதற்கும் ஆக ஒவ்வொன்றிற்கும் குழந்தை அலறி அழுவதன் மூலம் செய்தியை அறிவிக்கிறது. அழும் குழந்தையைத் தூக்கிக் கொண்டால் அழுகை நின்றுவிடுவது இயல்பு; தூக்கிக்கொண்டு நடப்பதாலும், அதனுடன் 'பேசு'வதாலும் குழந்தை அழுகையை நிறுத்திவிடுவது உண்டு. ஆனால், இதற்காக ஒவ்வொரு முறையும் குழந்தை முனக ஆரம்பித்ததுமே அதனை

வாரித் தூக்கிக்கொண்டுவிட வேண்டுமென்பதன்று. குழந்தை அழுவதால் அதற்கு இடையூறு ஏற்படுவதில்லை. நன்கு அழுத குழந்தை களைத்துத் தூங்கிவிடும். பிறகு புத்துணர்ச்சியுடன் எழும். ஓயாது அழும் குழந்தைகளில் சில உண்மையிலேயே வயிற்று வலி (colic) கொண்டிருப்பதும் உண்டு. தாய் அல்லது தந்தை உணர்ச்சிமிக்கிருப்பது (nervous) இவ்வாறு குழந்தையை பாதிக்கக்கூடும் என்று சில மருத்துவர்கள் கருத்துத் தெரிவித் துள்ளனர். எனவே, இவ் வேளைகளில் குடும்பச் சூழ்நிலையையே ஓரளவு மாற்றியமைப்பது பயன் தரும்.

குழந்தையைத் தூக்குதல்

குழந்தைகளைக் குறிப்பாக முதல் ஆறு மாதங்களில் குளிப் பாட்டுதல், உடையணிவித்தல் போன்ற அவசியமான வேளைகளைத் தவிர்த்து வேறு வேளைகளில் முடிந்தவரை தூக்காதிருக்க வேண்டும் என்று சிலர் கூறுகின்றனர். குறிப்பாக முழங்காலில் குழந்தையினை வைத்து ஆட்டுதல்,மேலே மெதுவாகத்தூக்கி உயர்த்துதல் போன்ற வைகளை முற்றிலும் தவிர்க்க வேண்டும் என்று இவர்கள் கூறுகின் றனர். ஆனால், இவை அறிவியற்பாங்கான முடிவுகள் அல்ல. இத்தகைய தூண்டல்கள் இயல்பானவளர்ச்சிக்கு உதவுவனவாகவே அமைகின்றன. ஆனால், எதற்கும் ஓர் எல்லை உண்டல்லவா? முதல் ஓரிரு மாதங்களுக்குக் குழந்தையை மிக மென்மையாகக் கையாள் வதே பொருந்தும். உட்கார்ந்திருப்பதனைக் குழந்தை நன்கு அனு பவித்து மகிழும் வேளைகளில் மட்டுமே அதனை அவ்வாறு வைத்திருக்கவேண்டும். ஒருசில மாதங்களுக்குப் பிறகு உணவு உண்ட உடனே குழந்தையைத் தூக்கி விளையாட்டுக் காட்டுதல் வரவேற்கத்தக்கதன்று. இரண்டு ஆண்டுகள் வரை குழந்தையின் வலுவைப் பொறுத்தே தூக்கி விளையாடுதல் அமையவேண்டும். ஆனால், இரண்டாண்டளவில் தூக்கி விளையாடுவதால் குழந்தையைக் காட்டிலும் விளையாடுபவரே விரைவில் அலுப் படைந்துவிடுவது இயல்பு; மேலும் குழந்தையைத் தலைக்குமேல் உயர்த்தி விளையாடுவது விளையாடுபவரது திறமையைப்பொறுத்தே விரும்பத்தக்கதாக இருக்கும். தூக்கி விளையாடும்போது குழந்தையைக் கைநழுவவிட்டுவிடாது மிக்க எச்சரிக்கையுடன் இருப்பது மிகமிக அவசியம். திறமையற்றவர்களும், உளத்திறன் குன்றியோரும் இவ்வாறு விளையாடுதல் தவருக முடிதல் கூடும். சில தாய்கள் குழந்தையைக் குளிப்பாட்டும்போது கைநழுவ விட்டுவிடுதல் உண்டு. ஆனால், இவ் வேளைகளில் குழந்தையின் உடலுக்கு ஏற்படும் வருத்தத்தைக் காட்டிலும் அதன் உள்ளத் திற்கு ஏற்படும் அதிர்ச்சியே முக்கியம். குழந்தை பத்து மாத

நிறைவு பெற்ற அளவில் பாதத்தில் வைத்து ஆட்டுதல் தவறன்று ; ஆனால், குழந்தை விரும்புகின்ற அளவிற்கே இவ்வாறுவிளையாடுதல் வேண்டும். வளரும் குழந்தையின் வயிற்று உறுப்புகள் அடிக்கடி தூண்டப்படுதல்வேண்டும். இதற்காகவே குழந்தை ஓடுகிறது, குதிக்கிறது, திடீர் திடீரென்று உட்காருகிறது. இவ்வாறு குழந்தையைத் தூண்டி மகிழ்வுறுத்த நேரமில்லாத பெற்றோர் ஸ்பிரிங் (spiring) வசதி கொண்ட நாற்காலி அல்லது பலகை அமைத்துத் தருதல் நன்று.

சிசுப் பருவத்தே உளநலம் (Mental hygiene in infancy)

பிறந்த குழந்தைகள் அனைத்துமே ஒன்று போலவே இருப்ப தில்லை ; குழந்தைகள் ஒன்றினின்றும் மற்றொன்று பெருமளவு மாறுபட்டிருக்கின்றன. இத்தகைய வேறுபாடுகளைத் தனியாள் வேற்றுமைகள் (individual differences) என்று குறிப்பிடுவோம். இத்தகைய தனியாள் வேற்றுமைகள் குழந்தைகளின் எடை, உயரம், உருவ அமைப்புப் போன்ற உடல் அளவுகளில் மட்டும் காணப்படுவதில்லை ; ஒவ்வொரு நிகழ்ச்சிக்கும் அவை மேற் கொள்ளும் எதிர்வினைப் பாங்கிலும் இவை பெருமளவு காணப் படுகின்றன. ஒருசில சிசுக்களின் வாயருகே மார்பகத்தைக் கொண்டு செல்லும்போது அல்லது 'பால் புட்டி' ரப்பரைக் கொண்டுவரும்போதும் அவை உடனே வெகு வேகமாக உதடுகளை நெளித்துச் சப்ப முற்படுகின்றன. ஆனால், இதே வேளைகளில் ஒருசில சிசுக்கள் மிக மெதுவாகவே சப்ப முயல்கின்றன ; கொஞ்சம் கொஞ்சமாகவே சப்புவதற்குக் கற்றுக்கொள்கின்றன. அதேபோல் ஒருசில சிசுக்கள் மிக மெல்லிய ஓசைக்கும் நெளிந்து படுக்கின்றன ; வேறு சில சிசுக்கள் மிக வலிய ஓசையைக் கேட்கும் போதே மெதுவாக அசைய முற்படுகின்றன. சில சிசுக்கள் 'நோஞ்சான்'களாக இருக்கின்றன. சில 'கொழுகொழு' குழந்தை களாக விளங்குகின்றன. இவ்வாறு சிசுக்களுக்கிடையே காணப் படும் தனியாள் வேற்றுமைகளைத் தொடர்ந்து சுட்டிக் காட்டிக் கொண்டே செல்லமுடியும். சிசுக்களுக்கிடையே காணப்படும் இத் தனியாள் வேற்றுமைகளைப் 'பிறப்பில் அமைபவை' (congenital) என்று கொள்ளுவது பொருந்தும். இத்தகைய சிசுக்களிடையே பிறப்பில் அமையும் தனியாள் வேற்றுமைகள் சிலவற்றையும், அவை எவ்வகையில் வளமிக்க ஆளுமை உருவாவதனை பாதித்து உள நலத்திற்கு ஊறு செய்வதாக அமைகின்றன என்பதனையும் இங்கு ஆராய்வோம்.

செயல்நிலையும் வலிவும் (Activity and vigour)

சில சிசுக்கள் ஏனையவற்றைக் காட்டிலும் செயல்நிலை மிக்கவையாக 'துருதுருத்த'வையாக இருக்கின்றன. பொதுவாகவே சிசுக்கள் அனைத்துமே உடலை அசைத்தவண்ணமிருக்கின்றன. குறிப்பாகப் பசியின்போதும் நலமற்ற நிலையிலும் இத்தகைய உடல் அசைவுகள் பெருமளவு அதிகரிக்கின்றன. ஆனால், இத்தகைய உடல் அசைவுகளில் பெருமளவு தனியாள் வேற்றுமைகள் பரவலாகக் காணப்படுகின்றன. ஒருசில சிசுக்கள் ஒரு சிறிது நேரம்கூட அமைதியாக இருப்பதில்லை. இவற்றின் அசைவுகள் வலிவுமிக்கதாக இருக்கின்றன. இவ்வசைவுகள் உடல் முழுவதற்கும் பரவுகின்றன. ஆனால், வேறு சில சிசுக்கள் மிக மென்மையாக உடலை அசைக்கின்றன. இவ்விரு வகையான தன்மைகளும் பெருமளவிற்கு அவ்வாறே நீடிக்கின்றன. இரண்டு அல்லது மூன்று வயது அளவிலும் பிறப்பளவில் காணப்பட்ட தன்மைகளே நீடித்து அந்த அந்தக் குழந்தைகளிடம் காணப்படுகின்றன. சான்றாக, உரத்த ஒலியைக் கேட்க நேரிடுகையில் முதல் வகைக் குழந்தைகள் கிளர்ச்சி மிகுந்தவையாக உடலை நெளித்தும் முறுக்கியும் எதிர்வினை புரிகின்றன. இரண்டாம் வகைக் குழந்தைகளோ இதற்கு நேர் எதிரிடையாக ஏற்கெனவே மேற்கொண்ட அசைவுகளையும் நிறுத்திக்கொண்டு முடங்குகின்றன.

டாக்டர் மார்கரட் ஃபிரைஸ் (Dr. Margaret Frys) என்ற உளவியல் ஆய்வாளர் ஓர் பெரும் நகர மருத்துவ விடுதியில் குழந்தைகளைப் பிறந்த முதல் நாட்களிலும் வாரங்களிலும் தொடர்ந்தும் பின் தொடர்ந்தும் ஆராய்ந்தார். இவரும் குழவிகளின் செயல்நிலையிலும் வலுவிலும் காணப்படும் தனியாள் வேற்றுமை குறித்து வியந்து குறிப்பிடுகிறார். இவரது ஆராய்ச்சி முடிவுகள் குழவிப் பருவத்தே காணப்படும் தனியாள் வேற்றுமைகள் தொடர்ந்து குழந்தைப் பருவத்திலும் நீடித்து ஏற்படுகின்றன என்று எடுத்துக்காட்டுகின்றன. குழவிப் பருவத்தே செயல் மிகுந்து விளங்கிய குழந்தைகள் குழந்தைப் பருவத்திலும் அவ்வாறே நீடிக்கின்றன; குழவிப் பருவத்தே செயல் குறைந்து இருந்த குழந்தைகளும் குழந்தைப் பருவத்தேயும் அவ்வாறே நீடிக்கின்றன. மேலும் டாக்டர் மார்கரட்டின் ஆய்வு இன்னொரு முக்கியமான உண்மையையும் சுட்டிக் காட்டுகிறது. அதாவது 'குழந்தைகள் தம் செயல்நிலையிலும் வலுவிலும் வேறுபடுவதற்கு ஏற்றவண்ணம் தங்கள் அக்கறைகளிலும் (interests) தேவைகளிலும் (needs) வேறுபடுகின்றன' என்றும் இவ்வாராய்ச்சியாளர் சுட்டிக்காட்டியுள்ளார். இத்தகைய வேறுபாடுகள் ஆளுமைப்

பிரச்சினைகள் ஏற்பட வழி கோலுகின்றன. செயல்நிலை மிக்க குழந்தை செயல்நிலை குறைந்த குடும்பச் சூழலில் வளர நேரும் வேளைகளிலும், அதேபோல் செயல்நிலை குன்றிய குழந்தைகள் செயல்நிலை மிக்க குடும்பச் சூழலில் வாழ நேரிடும் காலங்களிலும் ஆளுமைப் பிரச்சினைகள் கிளர்ந்தெழக்கூடும் என்பதனையும் இவ்வாய்வாளர் பல குழந்தைகளின் தனியாள் வரலாறுகளின் (Case Histories) மூலம் எடுத்து விளக்கியிருக்கிறார்.

புலன் உணர்வு (Sensitivity)

ஒரு குழந்தை தன்னைச் சுற்றியுள்ள உலகினையும் அதில் தான் பெறும் இடத்தினையும் எவ்வாறு முதன்முதலாக உணர்ந்து அறிந்துகொள்கிறது என்பது அதன் வளர்ச்சிக்கு மிகமிக முக்கியத் துவம் பெற்ற ஒன்றாகும். இத்தகைய உணர்வறிவு புலன் உறுப்புகளின் வழியாகவே கிடைக்கிறது என்பது தெளிவு. குழந்தை புறத்தேயுள்ள தூண்டல்களை மட்டுமன்றி அகத்தே அதாவது தன்னுள் நிகழும் தூண்டல்களையும் உணர்ந்துகொள்கின்றது. குழந்தை கேட்கிறது; உணருகிறது; காண்கிறது; நுகர்கிறது. அதேபோல் தன் வயிற்று உறுப்புகளின் தசைகள் சுருங்கி விரியும் நிலையினைப் பசியாக உணர்ந்துகொள்கிறது. இவ்வாறு புலன் உணர்வின் அடிப்படையிலேயே குழந்தை தன் அகச் சூழ்நிலையையும் புறச் சூழ்நிலையையும் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகக் கற்கத் தொடங்குகிறது. இத்தகைய அகத் தூண்டல்களுக்கும், புறத் தூண்டல்களுக்கும் குழந்தை துலங்கும் பாங்கினை அதன் புலன் காட்சி (perception) தீர்மானிக்கிறது. குழந்தைகளிடம் 'பொதுப்படையான புலன் உணர்வு' (generalised sensitivity) காணப்படுகின்றது. குறிப்பாகப் பிறந்த முதல் ஓரிரு வாரங்களில் இப் பொதுப்படையான புலன் உணர்விலும் குழவிகள் மாறுபடுவதனைக் குழந்தை மருத்துவர்கள் கண்டுள்ளனர். சில குழவிகள் மிக மெல்லிய ஓசை எழும்போதே கிளர்ச்சியடைகின்றன. வேறு சில பலத்த ஓசையின்போதே துலங்க முற்படுகின்றன. விளக்கு வெளிச்சம் அல்லது சூரிய ஒளிக் கதிர் முகத்தில் படும் வேளைகளில் ஒருசில சிசுக்கள் கண்ணைச் சிமிட்டுவதுடன் ஓய்ந்துவிடுகின்றன. ஒருசில முனகியபடி நெகிழ்கின்றன; சில அலறி அழவே முயல்கின்றன. இதேபோன்றே முதல் ஓரிரு மாதங்களிலேயே ஒருசில குழந்தைகள் சூழ்நிலையிலுள்ள நிறங்கள், வெளிச்சங்கள் போன்றவற்றினை மிக விரைவில் உணர்ந்துகொள்கின்றன; வேறு சில குழந்தைகள் அவ்வளவாக இவற்றை உணர்ந்துகொள்வதில்லை. இத்தகைய வேறுபாடுகள் அந்நியர்களை உணர்ந்துகொள்வதிலும் இதேயளவிற்குக் காணப்படுகின்றன.

புலன் உணர்வுகளில் காணப்படும் வேறுபாடுகள் ஒவ்வொரு குழந்தையும் ஒவ்வொரு விதமாக உலகினை உணர்ந்துகொள்வதனை வலியுறுத்திக் காட்டுகின்றன. புலன் உணர்வு குன்றிய குழந்தைகள் புலன் உணர்வு மிகுந்த குழந்தைகளின் அளவிற்கு உலகினை அவ்வாறே புரிந்துகொள்வது இயலுவதில்லை. நல்ல திடகாத்திரமான குழந்தை மெலிந்த வலுவற்ற குழந்தையைக் காட்டிலும் எளிதில் தன்னைச் சுற்றியுள்ள உலகுடன் உரியவகையில் உறவு கொள்வது இயலுவதாகிறது.

இத்தகைய புலன் உணர்வு ஒருவரது ஆளுமையுடனும் குணங்களுடனும் தொடர்பு கொண்டிருப்பதாகக் கருத இடமுண்டு. ஆனால், இது குறித்து முடிவான ஆராய்ச்சிகள் இன்னமும் கிட்டவில்லை. இத்தகைய புலன் உணர்விற்கும் குழந்தையின் நுண்ணறிவிற்கும் தொடர்பிருப்பதாகக் கொள்வதற்கில்லை ; அதேபோல் நல்ல பொருத்தப்பாடு கொள்வதற்கான திறமைக்கும், புலன் உணர்விற்கும் தொடர்புண்டா என்பதும் ஐயத்திற்குரியதே. ஆனால், ' உணர்ச்சி மிக்கவை ' (nervous) என்று கூறப்படும் குழந்தைகள் புலன் உணர்ச்சி மிக்கவையாக இருத்தல் கூடும். மிகக் கடுமையான தூண்டல்களினின்று நன்கு பாதுகாக்கப் பட்ட உணர்ச்சி மிக்க குழந்தைகள் நல்ல ஆளுமை கொண்டவையாக வளர்வதற்கான வாய்ப்பு அதிகரிக்கின்றது. இத்தகைய செயல்நிலை மிக்க குழந்தைகளது தேவைகளும் விருப்பங்களும் ஏனைய குழந்தைகளது தேவைகளினின்று மாறுபட்டவையாயமையலாம். ஆனால், இக் குழந்தைகளும் இயல்பானவையே. செயல்நிலை மிக்க குழந்தைகளுக்குக் கூறியனவே செயல்நிலை குன்றிய குழந்தைகளுக்கும் பொருந்தும். இக் குழந்தைகளும் ஏனைய குழந்தைகளினின்று மாறுபட்ட விருப்பங்களையும் தேவைகளையும் கொண்டிருந்தாலும் இயல்பான குழந்தைகளே.

புலன் உணர்வில் தனியாள் வேற்றுமைகளின் பங்கு

பொதுப்படையான புலன் உணர்வில் மட்டுமன்றித் தனிப்பட்ட (specific) புலன் உணர்வுகளிலும் பெருமளவு தனியாள் வேற்றுமைகள் காணப்படுகின்றன. இத்தகைய வேற்றுமைகள் முதியவர்களிடமும் காணப்படுகின்றன. ஒருசிலர் கூரிய பார்வை கொண்டவராக இருத்தலும், வேறு சிலர் கூரிய செவி கொண்டோராயும், இன்னமும் சிலர் மிகத் துல்லிய முகர்ச்சியும் பெற்றிருப்பதை நாம் அனைவரும் அறிவோம். இத்தகைய வேறுபாடுகள் குழவிப் பருவத்திலேயே தோன்றிவிடுகின்றன.

பொதுவான புலன் உணர்வில் காணப்படும் தனியாள் வேற்றுமைகள் போன்றே தனிப்பட்ட புலன் உணர்வில் உள்ள

தனியாள் வேற்றுமைகளும் குழந்தை புற உலகைப் புரிந்து கொள்வதனைப் பெரிதும் பாதிக்க வல்லவையாக இருக்கின்றன. இதனுல் ஒரு குழந்தை பெறும் அனுபவமே பலதரப்பட்டதாக அமைகிறது. சான்ருக, குழந்தை தாயினைப் புரிந்துகொள்ளும் அனுபவத்தை விளக்குவோம். கட்புலன் கூர்மையான குழந்தை தாயினைப் பார்வை வழியாகவே மிக விரைவில் பிறரிடமிருந்து பிரித்தறிகிறது. அதேபோல் செவிப்புலன் கூர்மை கொண்ட குழந்தை தன் தாயினை ஒலியின் அடிப்படையிலேயே கண்டுகொள் கிறது. தொடுபுலனுணர்ச்சிக் கூர்மை மிக்க குழந்தை அரவணைப் பிலேயே முதன்முதலாகத் தன் தாயினைக் கண்டுகொள்கிறது.

குழந்தையிடம் இன்பத்தையும் துன்பத்தையும் தீர்மானிக்கும் முக்கியக் காரணிகளாக இவ் வெவ்வேறு புலன் உணர்ச்சிகளும் அமைகின்றன. சான்ருக, செவிப்புலன் கூர்மை மிக்க குழந்தைகள் இப் புலனின் அடிப்படையிலேயே இன்பம் பெற முற்படுவது இயல்பு. ஏனையோரைக் காட்டிலும் இசையில் இவை ஈடுபாடு கொள்வது இயற்கையே.

நிலையான வேகமும் தாள நிலையும் (Tempo and Rhythm)

ஒருசிலர் எதிலுமே விரைவாக நடந்துகொள்வதனையும் வேறு சிலர் மிக மெதுவாக நடந்துகொள்வதனையும் நாம் அன்ருடம் காண்கிருேம். இவ்வாறு ஒவ்வொருவரும் தனக்கே உரிய நிலையான வேகத்தையும், தாள நிலையையும் கொண்டுள்ளனர். இத்தகைய வேறுபாடுகளும் அவரவர் ஆளுமையின் அடிப்படையி லேயே ஏற்படுகின்றன. இத்தகைய வேறுபாடுகள் சிசுப் பருவத்தி லிருந்தே காணப்படுகின்றன. இத்தகைய நிலையான வேகம் சிசுக்களின் தூக்கம், அசைவுகள், உண்ணுதல், சீரணம், கழிவுப் பொருள்களை வெளியேற்றல் போன்ற உடல் இயக்கங்கள் அனைத் திலும் காணப்படுகின்றன. இவ்வாறு காணப்படும் நிலையான வேகம் குழந்தையின் இயக்கங்கள் அனைத்திலுமே ஒரே சீராகவே காணப்படுகிறது. சான்ருக, மிக விரைவில் உண்டு சீரணம் செய்யும் குழந்தைகள் இயக்க வளர்ச்சியிலும் மிக விரைவு கொண்டவையாகவே இருக்கின்றன. இவ் உண்மையை உணர்ந்து உரிய முறையில் குழந்தை வளர்ப்பு முறைகளைத் திருத்தி அமைத்துக்கொள்ளும் நிலையில் உளநலப் பாங்கில் குழந்தைகள் வளர வாய்ப்பு ஏற்படுவது திண்ணம்.

உடலின் எதிர்ப்புத் திறனும் பலவீனமும் (Bodily Resilience and vulnerability)

பிறந்த அளவில் சிசுவின் உடல் உறுப்புகள் மிக எளிதில் பழுதடையக் கூடியனவாக இருக்கின்றன. நோய்க் கிருமிகளை

எதிர்க்கும் சக்தி இந்நிலையில் குறைந்து காணப்படுகிறது. அதன் காரணமாகக் குழந்தை மிக எளிதில் நோய்களுக்குஆளாகிவிடுகிறது ஆனல், ஆண்டுகள் செல்லச் செல்ல குழந்தைகளின் உடல் உறுப்பு கள்கொஞ்சம் கொஞ்சமாக வலுப்பெறத் தொடங்குகின்றன. நோய்களை எதிர்க்கும் திறனும் அதிகரிக்கிறது. எனவே, தொடக்க காலங்களில் குழந்தைக்குப் பாதுகாப்பு மிகமிக அதிகமாக வேண்டி யிருக்கிறது ; பெற்ருேர் மிக்க எச்சரிக்கையுடன் நடந்து கொள்ள வேண்டியிருக்கிறது. சான்ருகக் குழந்தையின் தட்பவெப்ப மாறுதல் களினின்று காத்தலே இங்குக் குறிப்பிடல் பொருத்தமே. மருத்து வர்களது ஆராய்ச்சிகள் மேற்கூறிய நிலையிலும் பெருமளவு தனியாள் வேற்றுமைகள் காணப்படுவதனைச் சுட்டிக் காட்டு கின்றன. குறிப்பாக ஒரே குழந்தையிடமே இத்தகைய எதிர்ப்புச் சக்தியும் பலவீனமும் பலதரப்பட்டதாக அமைதல் உண்டு என்ப தனை இவ்வாய்வாளர்கள் எடுத்துக் காட்டுகின்றனர். பொதுவாகத் தொற்று நோய்கள் குழந்தைகள் அனைவரிடமும் எளிதில் பரவி விடுகின்றன என்பதனையும், முறையற்ற வகையில் உணவூட்டப் படும்போது வயிற்றுக் கோளாறுகள் குழந்தைகளிடம் எளிதாக ஏற்பட்டுவிடுகின்றன என்பதையும் நாம் அறிவோம். இவையன்றி பல குழந்தைகளிடமும் ஒருசில குறிப்பிட்ட வகையான எதிர்வினை கள் காணப்படுகின்றன. சான்ருக, அம்மை குத்தப்படும் வேளையில் அல்லது சாதாரணமான சளி (cold) பிடிக்கும் வேளையில் அல்லது அன்ருடப் பழக்க வழக்கங்கள் பாதிக்கப்படும் வேளையில் சில குழந்தைகள் ஒரு தனி வகையான காய்ச்சலுக்குள்ளாகின்றன; வேறு சில குழந்தைகள் சீரணக் கோளாறுகளுக்கும், இன்னும் சில குழந்தைகள் தோல் நமைச்சலுக்கும், ஏனையவை தூக்கக் கோளாறுகளுக்கும் ஆளாகின்றன. இவ்வாறு ஒரே சூழ்நிலையில் ஒவ்வொரு குழந்தையும் தனக்கேயுரிய விதத்தில் தனிப்பட்ட கோளாறுகளுக்கே ஆளாகின்றன என்பதனை இங்கு வலியுறுத்து தல் அவசியம். இதனல் ஒவ்வொரு குழந்தையிடமும் ஒருசில குறிப்பிட்ட உறுப்புகள் பலவீனமானவையாகவும் வேறுசில உறுப்புகள் எதிர்ப்புத்திறன் மிக்கவையாகவும் இருக்கின்றன.

இவ்வாறு நோய்களடைவதில் பெருமளவு தனியாள் வேற்றுமைகள் இருப்பது நன்கு நிறுவப்பட்ட உண்மையாக இருக்கிறது. இருப்பினும், இது ஏன் எவ்வாறு ஏற்படுகிறது என்று இன்னமும் திட்டமாகத் தெரியவில்லை. இப் பிரச்சினையி லேயே உள-உடல் மருத்துவர்கள் பெருமளவு தங்கள் கவனத்தைச் செலுத்திவருகின்றனர். பொதுவாக உளவியல் அனுபவமும், ஆளுமைப் பண்புகளும், உடலியற் பண்புகளுடன் நெருங்கிய தொடர்பு கொண்டுள்ளன என்று சுருக்கமாகக் கூற இயலும்.

அறிவு பெற்றிருத்தல் (Intellectual endowment)

குழந்தைகளிடம் இயல்பாக அமையும் அறிவில் பெருமளவு தனியாள் வேற்றுமைகள் இருப்பதனை நாம் அனைவரும் அறிவோம். சில குழந்தைகள் அறிவு மிகுந்தவர்களாகவும், ஏனையவர் அறிவு குறைந்தவர்களாகவும் இருப்பது இயற்கை. இத்தகைய வேறுபாடுகளும் உளநல முக்கியத்துவம் பெற்றவையே. மிக அசாதாரணமான உயர்ந்த நுண்ணறிவு பெற்றிருப்பதும் (extra-ordinarily intelligent) குறைந்திருப்பதும் தமக்கேயுரிய பிரச்சினைகளைத் தோற்றுவிக்கின்றன. சாதாரணமாக இவ்விரு நிலைகளுக்கும் இடைப்பட்ட அளவினை மனத்தில் கொண்ட வேளைகளிலும்கூட எவ்வளவு அதிகமாக நுண்ணறிவு இருக்கிறதோ அவ்வளவு அதிகமாக உளநலம் அமையும் என்று கூறுவதற்கில்லை. தனியவனது சூழ்நிலையின் பிரச்சினைகளைத் தன்னளவில் மனநிறைவுடன் சமாளிக்கத் தேவையான அளவு நுண்ணறிவு பெற்றிருத்தலே அவனது உள நலத்தை வளமாக்கும்.

11. குழந்தை வளர் ;

(Development)

விலங்கினங்களைவிட மனிதக் குழந்தைக்கே பிறப்பிற்குப் பிறகு தானுகத் தன்னைப் பாதுகாத்துக்கொள்ளும் திறமையைப் பெறுவதற்கு நீண்டதோர் வளர்ச்சிப் பருவம் தேவைப்படுகிறது. இந் நீண்ட வளர்ச்சிப் பருவத்தைச் சிறந்ததோர் பயிற்சிப் பருவமாக அமைத்துக்கொள்வதற்கான வாய்ப்பும் இதனுல் நமக்குக் கிடைக்கின்றது. இவ் வாய்ப்பினை நன்கு பயன்படுத்திக் கொள்வதற்குத் தவறும் வேளைகளில் இப் பருவம் மட்டுமன்றி இதனை அடிப்படையாகக் கொண்டு தொடர்ந்து ஏற்படும் பிற பருவங்களும் சிக்கல்களும் முனைப்பும் மிக்கவையாக மாறிவிடு கின்றன. உரியவகையில் இப் பருவத்தில் உளவியல் விதிகளைக் கடைப்பிடிப்பதன்மூலம் ஒருவன் பெருமளவு உளநலம் கொண்டிருக்க வாய்ப்பேற்படுகின்றது. இத்தகைய வளர்ச்சிப் பருவத்தில் மனித உடல்-உள வளர்ச்சிகள் பலவும் சீரான வகையில் வளர்ச்சி நியதிகளின்படி வளர்ச்சியடைந்து முதிர்ச்சி பெறு கின்றன.

இத்தகைய வளர்ச்சிகளனைத்திற்கும் ஊட்டமான உணவும், பராமரிப்பும் முறையாக வழங்கப்படுதல் அவசியம். மேலும் இத்தகைய வளர்ச்சி ஓர் குழந்தையிடம் தடைப்படுமாயின் அல்லது மெதுவாக ஏற்படின் உடனே குழந்தையை மருத்துவரிடம் எடுத்துச் சென்று ஆலோசனை பெறல் மிக முக்கியம். ஆனுல், இயல்பான வளர்ச்சி அடையும் காலங்களிலும் ஒரு சில வளர்ச்சி நியதிகளின் படி வளர்ச்சி திடீரென்று மிகுவதும் (spurt) சில வேளைகளில் ஒரே வளர்ச்சி நிலை அதே அளவில் நீடிப்பதும் (plateau) இயற்கையே. இத்தகைய இயல்பான வளர்ச்சிப் பண்புகளைப் பிறழ்வான வளர்ச் சிப் போக்குகளினின்று பிரித்தறிதல் மிக இன்றியமையாத ஒன் ருகும். இவ்வாறு பிரித்தறியத் தவறும் வேளைகளில் பல சிக்கல்கள்

மிகுவது இயல்பு. ஒருசில வளர்ச்சிக் கோளாறுகள் நாளமில்லாச் சுரப்பிகளின் (endocrine glands) கோளாறுகளின் அடிப்படையில் ஏற்படுவதுண்டு. அன்றியும் போதிய வைட்டமின்கள் குறையும் நிலையிலும் குழந்தையின் வளர்ச்சி வேகம் பின்னிடுதல் கூடும். இத்தகைய பின்தங்கும் வளர்ச்சிக் காரணங்களை எத்துணை விரைவில் கண்டுபிடிக்கின்றோமோ அத்துணையளவு இவைகளைச் சீர் செய்வதற்கான வாய்ப்பு ஏற்படுகிறது. பிறழ்வான வளர்ச்சி நிலைகள் தமக்கேயுரிய பிரச்சினைகளை எழுப்புவதனைப் போன்றே இயல்பான வளர்ச்சியும் ஒருசில நடைமுறைப் பிரச்சினைகளைத் தோற்றுவிக்கின்றன. இப் பிரச்சினைகள் உளநலப் பாங்கில் சமாளிக்கப்படுகின்ற வேளைகளிலேயே தனியவன் சிறந்த உளநலம் கொண்டு விளங்க வாய்ப்பேற்படுகிறது.

இயக்க வளர்ச்சி (Motor development)

சிறு குழந்தையிடம் மூன்று வகையான இயக்கத் துலங்கல் (motor responses) காணப்படுகின்றன. முதல்வகைத் துலங்கல்கள் இயல்பற்றவையாக (random) பொதுப்படையான செயல்களாக உடல் முழுவதனையும் தன்னுள் அடக்குபவையாக இருக்கின்றன. இத்தகைய திரள் இயக்கங்களினின்று வேறுபட்டவையாக இரண்டாவது வகைத் துலங்கல்கள் உள்ளன. குழந்தையின் அகத்திலிருந்தும் புறத்திலிருந்தும் எழும் பல்வகைப்பட்ட தூண்டுதல்களுக்கும் குறிப்பாக இவை துலங்கல்களாக விளங்குகின்றன. குழந்தையின் கையில் குச்சி, பென்சில் போன்ற பொருள்களைக் கொடுத்தால் அவைகளை அது இறுகப் பற்றிக் கொள்ளும். அதேபோல் குழந்தையின் பாதத்தினைத் தூண்டினால் குழந்தை அதை முறுக்கிக்கொள்கிறது. இதனை 'பாபின்ஸ்கி மறிவினை' (Babinski reflex) என்று கூறுவர். சப்புதல் மறிவினையும் இதனைப் போன்றதே. இவ்வகையினைச் சேர்ந்த துலங்கல்களில் பல பிறப்பிற்கும் முன்பே குழந்தையிடம் காணப்படுகின்றன. மூன்றாவது வகைத் துலங்கல்கள் பல மறிவினைகளும் இணைந்து ஏற்படும் சிக்கலான நடத்தைக் கோலங்களாக இருக்கின்றன. பதற்றத் துலங்கலினை (startle response) இவ்வகைக்குச் சான்றாகக் கூறலாம். திடீரென ஏற்படும் ஒலியினால் அல்லது தன்னைத் தாங்கியுள்ள பிடிப்பு திடீரென்று விடப்படுகின்ற நிலையிலும் இப் பதற்ற நடத்தை ஏற்படுகின்றது. இவ்வளவில் விரல்களைப் பரப்பியவண்ணம் குழந்தை தன் கைகளை வீசுகிறது; தலையைப் பின் தள்ளியவண்ணம் கால்களை நீள நீட்டுகிறது. பிறப்பளவில் பெருமளவு பொதுப்படையான துலங்கல்களே குழந்தையிடம் காணப்படுகின்றன. ஆனால், இயக்க வளர்ச்சி

ஏற்படஏற்பட இப் பொதுப்படையான துலங்கல்கள் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகத் தனிப்பட்ட செயல்வகைகளுக்கு வழிவகுக்கின்றன. சான்ருக, முதன்முதலாக நடக்கத் தொடங்கும் குழந்தை தன் கால்களை மிகவும் அதிகமாகப் பரப்புகிறது; மிக அதிகமாகக் கால்களை உயர்த்துகிறது. அவ்வப்போது தன் கைகளை இரு புறமும் அகலப் பரப்பித் தன் சமனநிலையைப் பாதுகாத்துக் கொள்ள முற்படுகிறது. ஆனல், கொஞ்சம் கொஞ்சமாக இம் மிகை நடத்தைகள் குறைந்து மறைகின்றன. இது போன்றே தொடக்க காலங்களில் ஒரு பொருளை எடுக்கக் கற்கும் குழந்தை தன் கைகள், கால்கள், உடல் ஆகிய அனைத்தையுமே பயன்படுத்த முற்படுகிறது. ஆனல், வளர்ச்சி அடைய அடைய குறிப்பிட்ட பொருளை இலாகவமாகக் கைவிரல்களை மட்டுமே பயன்படுத்தி எடுக்க ஆரம் பிக்கின்றது. குழந்தை எழுதக் கற்கும் நிலையிலும் இதுவே காணப் படுகின்றது. முதலில் சிலேட்டின் மேல் கவிழ்ந்துகொண்டு நாக்கினை வலித்துக்கொண்டு ஒரு கை முழுவதனையும் பயன்படுத்தி சிலேட்டினை நன்கு அழுத்திக்கொண்டு மற்ருெரு கையினல் பலப்பத்தை இறுகப் பற்றியவண்ணம் சிலேட்டு முழுவதற்குமாகக் கொட்டை கொட்டையாகப் பெரிய எழுத்துகளில் எழுதும் சிறுவன் வளர்ச்சியுற்ற நிலையில் எவ்வளவு எளிதாக எழுதுகிருன் என்பதை நினைவில் கொண்டால் இவ் உண்மையை எளிதில் உணரலாம்.

பெற்ருேர்கள் இவ் வளர்ச்சிபற்றிய உண்மைகளை மனத்தில் இருத்துதல் சிறப்பு. இதனை உணரும் பெற்ருேர்கள் குழந்தையிட மிருந்து அதற்கு அப்பாற்பட்ட திறமைகளை எதிர்பார்த்து வற்புறுத்துவதனைத் தவிர்த்தல் எளிது.

நடத்தல்

குழந்தை நடக்கக் கற்பது மிகவும் சுவையான ஓர் நிகழ்ச்சியே. வளர்ச்சிப் படிகளில் முக்கியம் மிக்க ஒன்ருக இது கொள்ளப்படு கின்றது. சாதாரணமாகக் குழந்தை 15 மாத அளவில் நடக்கத் தொடங்குகின்றது. தானகப் பிறர் துணையின்றி நடப்பதற்கு முன் குழந்தை நகர்வதற்கும் தவழ்வதற்கும் கற்கிறது. பிறந்த அளவில் குழந்தையால் தன் தலையைப் பக்கவாட்டில் அசைக்க இயலுமே தவிர குறிப்பிட்ட திக்கில் தானகத் தலையை நிறுத்த இயலாது. ஒரு மாத அளவில் அது தன் தலையை 30° கோணத்தில் உயர்த்த முடிகிறது. 2 மாத அளவில் தலையை உயர்த்தி ஒரு சிறிது நேரம் அவ்வாறே இருக்க அதற்கு இயலுகிறது; தன் நெஞ்சினையும் உயர்த்துகிறது. நான்கு மாத அளவில் பிறர் துணை யுடன் உட்கார முற்படும் குழந்தை 7 மாத அளவிலேயே தானக

நான்கு நிமிடங்களுக்குத் தனியே உட்கார்ந்திருக்கிறது. முதல் ஆறு மாத அளவிற்குக் குழந்தை விடப்பட்ட இடத்திலேயே இருக்கும். கை கால்களை உதைத்துக்கொண்டு முனகியபடி உருண்ட வண்ணம் கிடத்தப்பட்ட இடத்திலேயே குழந்தை கிடக்கிறது. ஆனால், ஆறு மாதங்களுக்குப் பிறகு இந்நிலை மாறுகிறது. 8 மாத அளவில் உதவியுடன் நிற்கக் குழந்தைக்கு இயலுகிறது. இவ்வளவில் வயிற்றினைத் தேய்த்தபடி முன் அல்லது பின் ஆக அது நகரத் தலைப்படுகிறது. இதுவே நகர்தல், தவழ்தலின் தொடக்கம். 10 மாத அளவில் குழந்தை நன்கு நகர்ந்து செல்கிறது. 11 மாத அளவில் துணையுடன் நடக்க (அதற்கு) முடிகிறது. 14 மாத அளவில் தானாக நிற்க இயலும் குழந்தை 15 மாத அளவில் தன் முதலடியை எடுத்து வைக்கிறது.

மேற்கூறிய வருணனையை நாம் கால அட்டவணையாகக் கொள்வதற்கில்லை; இவ் வளர்ச்சியில் ஏற்படும் தனியாள் வேற்றுமைகளை மனத்தில் இருத்துவது சிறப்பு. ஆனால், இதுவே பொதுவான வளர்ச்சிப் போக்கு. இப் போக்கினின்று பெருமளவு விலகிச் செல்லும்போதே பெற்றோர்கள் இதுகுறித்துக் கவலை கொள்வது பொருந்தும். இவ் வேளைகளிலும் உடனடியாக மருத்துவ ஆலோசனை பெறுதல் பிரச்சினையைத் தீர்த்து உளநலத்தை மீட்பதற்குப் பெருமளவு துணை செய்யும்.

இத்தகைய வளர்ச்சி பெரும்பாலும் உடலுறுப்புகளின் முதிர்ச்சியினைச் சார்ந்தே இருப்பதனை இங்கே வலியுறுத்துதல் அவசியம். இவ் வேளைகளில் பயிற்சி ஓரளவிற்கே துணை செய்யும். வளர்ச்சிநிலைக்கேற்ற முதிர்ச்சியோடிணைந்த பயிற்சி முறைகளே குழந்தைக்கு நலம் பயக்கும். இது தவறுகின்ற வேளைகளில் குழந்தையின் இயல்பான வளர்ச்சியே பாதிக்கப்படக்கூடும். 15 மாத அளவிலேயே முதலடி எடுத்து வைப்பதற்கான முதிர்ச்சியைக் குழந்தை பெறுகிறது. இப் பருவத்திற்கு முன்பு குழந்தைக்கு 'நடக்கக் கற்பிப்பது' — நடைப்பயிற்சி அளிக்க முயல்வது பெரும் பிழையாகும். இதனால் கால் எலும்புகள் தவறான அமைப்புக் கொண்டவையாக உருவெடுப்பதற்கு வழியேற்படுகிறது.

இயக்க வளர்ச்சியும் அதனைச் சார்ந்த பிரச்சினைகளும்

இயல்பான வேகத்தில் இத்தகைய இயக்க வளர்ச்சி ஏற்படும் நிலையிலும் இயக்க வளர்ச்சியின் அடிப்படையில் ஒரு சில பிரச்சினைகள் ஏற்படுவதுண்டு. குறிப்பாக இயக்க வளர்ச்சியின் போது ஒருசில பருவங்களில் இவ் வளர்ச்சி உச்ச நிலையில்

விளங்குவதுண்டு. இவ் வேளைகளில் குழந்தை மிக அதிகமாக ஓடி விளையாட முற்படுவதுண்டு. 1½ ஆண்டுக் குழந்தையிடம் இதுபோன்ற நிகழ்ச்சியைக் காண்கிறோம். உயரமான இடங்களில் குழந்தை தானாகத் தனியாக ஏறி இறங்க முற்படுகிறது. முதிர்ச்சியின் பயனால் தன்னிடம் ஏற்பட்டுள்ள புதிய புதிய திறமைகளையும் பரிசோதித்துப் பெருமகிழ்வு கொண்டு பயன் படுத்திப் பரபரப்படைய இன்ன பல விதங்களிலும் இக் குழந்தை முயல்கின்றது. இந்த நிலைகளில் வீட்டிலுள்ள பொருள்கள் கீழே தள்ளப்படுகின்றன. மேலே அடுக்கி வைக்கப்பட்ட பொருள்கள் இழுத்துப் பறித்துக் கீழே தள்ளப்படுகின்றன. இவ் வேளைகளில் எல்லாம் வீட்டிலுள்ளோர் குழந்தையை மிக எச்சரிக்கையுடன் கண்காணிக்க வேண்டிய அவசியம் ஏற்படுகிறது. தண்ணீர்த் தொட்டி, அடுப்பு ஆகிய இடங்களில் குழந்தை விழுந்து விபத்து ஏற்படுவதனை இத்தகைய முன்னெச்சரிக்கை களாலேயே தடுக்க இயலும். கத்தி போன்ற பொருள்களைக் குழந்தையின் கண் பார்வை எட்டாத இடங்களில் மறைத்து வைத்தல்வேண்டும். குழந்தை அருகில் உள்ள சாலைகளில் ஓட முற்படும். இதனைத் தடுப்பதால் விபத்துகளைத் தவிர்க்க இயலும். இத்தகைய முன்னெச்சரிக்கைகள் குழந்தையின் உடல் நலத்தைப் பாதுகாப்பதனைவிட உளநலத்தையே அதிகமாகப் பாதுகாக்கவல்லன. ஏனெனில், இவ் இளம் பருவத்தில் கை, கால் ஆகிய எலும்புகள் முறிந்துபோனாலும் குணமாக்கிவிடுவது ஓரளவு எளிது. ஆனால், இத்தகைய விபத்துகள் ஒருவரிடம் ஆழ்ந்த மன எழுச்சிக் கோளாறுகளை நீடித்து நிரந்தரமாக ஏற்படுத்திவிடக்கூடும் என்பதனைப் பல உளவியலர்கள் தங்களிடம் மருத்துவம் பெற்ற உளநோயாளிகளின் வரலாறுகளை ஆதார மாகக் கொண்டு வலியுறுத்துகின்றனர். இவ் விபத்துகள் உடலுக்கு ஏற்படுத்தும் அதிர்ச்சியினைவிட ஒருசில குழந்தைகளிடம் உள்ளத்திற்கே மிகச் செறிவுவாய்ந்த அதிர்ச்சியினை ஏற்படுத்தி விடுகின்றன. இப் பருவத்தில் மட்டுமன்றி எந்தப் பருவத்திலுமே மூளைக்கு ஏற்படும் விபத்துகள் பல நடத்தைக் கோளாறுகளுக்குக் காரணமாக அமைதல் உண்டு. குறிப்பாக இயக்க வளர்ச்சியின் உச்ச கட்டங்களில் தலைக் காயங்கள் ஏற்பட அதிக வாய்ப்புகள் உள்ளன. எனவே, தலையில் காயம் அல்லது அடிபட்ட நிலையில் உடனே விரைந்து எக்ஸ்-ரே படம் எடுத்து மருத்துவர்கள்மூலம் சோதித்துப் பார்ப்பது மிகவும் அவசியம். ஒருசில வேளைகளில் தலைக்காயம் உயிருக்கே ஆபத்தாக முடிதலும் உண்டு. இப் பருவத்தே ஏற்படும் மூளைக் காயங்கள் மூளைக்கு ஏற்படும் வலிப்புகளுக்குக் காரணமாக அமைதலும் உண்டு என்பதனை மருத்துவர்கள் வலியுறுத்துகின்றனர்.

மேற்கூறியவற்ருல் இயக்க வளர்ச்சியடையும் குழந்தையினைக் கட்டுப்படுத்தி எவ்வித நடவடிக்கைகளிலும் ஈடுபடாது தடை செய்யவேண்டும் என்று பொருள் கொள்ளல் தவறு. உண்மையில் இவ் வளர்ச்சிப் பருவங்களில் குழந்தை தன் ஆற்றல் முழுவதனையும் குறைவின்றிப் பெறுவதற்கு ஏற்றவகையில் குழந்தையின் இயக்கங்களை ஊக்குவித்தல் வேண்டும். நடக்கத் தொடங்கிய குழந்தையிடம் ஏனைய மாறுதல்களும் படிப்படியாக ஏற்படுகின்றன. 1½ வயதளவில் குழந்தை ஓடத் தொடங்குகிறது. இரண்டு வயதளவில் அதனுல் மேலே தாவிக் குதிக்க இயலுகின்றது. மேலும் வளர்ச்சி அடைய அடைய குழந்தையின் இயக்கங்களில் நுணுக்கங்கள் தோன்றுகின்றன. மூன்று வயதளவில் சிறுவனும் சிறுமியும் தாஞக நன்ருக நடந்து ஓடி விளையாடுகிருர்கள். இவ்வளவில் திரள் துலங்கல்கள் குறைந்து நுட்பமான இயக்கங்கள் தோன்றுகின்றன. முதலில் ஒரு பொருளைப் பற்ற உடல் முழுவதும் இயங்கியவண்ணம் கைகளால் இறுகப் பற்றிய குழந்தை ஐந்து வயதடைவதற்குள் பெரியவர்களைப்போல் கைவிரல்களை நுணுக்கமான முறையில் பயன்படுத்தக் கற்றுவிடுகிறது. இவ்வாண்டினைத் தொடர்ந்து ஏற்படும் இயக்க வளர்ச்சி நுட்பம், வேகம் ஆகிய பண்புகளைப் பொறுத்தே ஏற்படுகின்றது.

மொழி வளர்ச்சி (Language development)

இயக்க வளர்ச்சியைப் போன்றே மொழி வளர்ச்சியும் உள நலத்திற்கு அடிப்படையான ஒன்ருக விளங்குகின்றது. இயல்பான மொழி வளர்ச்சியை அறிந்துகொள்வதன்மூலம் இவ் வளர்ச்சியை நெறிப்படுத்தி ஒவ்வொரு குழந்தையும் தன்னளவில் முழுமையான வளர்ச்சியைப் பெறுவற்கு வழி செய்ய இயலும். தாயின் வயிற்றில் கருவாக இருக்கும்போதே குழந்தையின் பேச்சிற்கான உறுப்புகள் ஒலி எழுப்பவல்லனவாகக் காணப்படுகின்றன. ஆனுல், மொழி பிறப்பிற்குப் பிறகு குழந்தையால் கற்கப்படும் ஆற்றல்களுள் ஒன்ருகவும் சூழ்நிலையைச் சார்ந்ததாகவும் அமைகிறது. பிறந்த முதலாண்டு முடியும்வரை குழந்தையால் 'பேச' இயலுவதில்லை. அதன் நெஞ்சுறுப்புகள் முதிர்ச்சியடையாததே இதற்குக் காரணமாகும். இவ் வேளைகளில் அழுகையே குழந்தையின் 'பேச்சுக் கருவியாக' அமைகிறது. இரண்டு மாத அளவில் குழந்தை பல ஓசைகளை வெளியிடுகின்றது. வளர வளர அதன் நெஞ்சிலுள்ள ஓசைக்குரிய உறுப்புகள் முதிர்ச்சியடையத் தொடங்குகின்றன. இவ்வளர்ச்சியின் பயனுகப் பல ஓசைகளை வெளியிடுவதற்கான திறமையைக் குழந்தை பெறுகின்றது. குழந்தை முதன் முதலில் பயன்படுத்தும் மழலைச் சொற்கள் பொருளற்றவையாக இருப்

பினும் இவை ஓசைக்கான நுண்ணிய உடலுறுப்புகளைப் பலவகை யாக இயங்க வைக்கின்றன. மேலும் மொழியைக் கற்கக் குழந்தை, தான்வெளியிடும் ஓசையைக் கேட்டல் மிகவும் அவசியம். பிறந்து ஆறு மாதத்திற்குள் ஒரு மொழிக்கு அடிப்படையான சொற்களுக்குரிய ஓசைகளை வெளியிடும் ஆற்றலைக் குழந்தை அடைகிறது. ஆனால், அவற்றின் பொருளை அறியாது அது வெளியிடுகிறது. ‘ம்மமா’, ‘தாத்தா’ போன்ற ஓசைகள் சான்றாகும். ஏறக்குறையப் பத்து அல்லது பதினொரு மாதங் களில் மற்றவர்கள் பயன்படுத்தும் சொற்களைக் கேட்டுக் குழந்தை கற்கும் திறனை அடைகிறது.

மொழியைக் குழந்தைக்கு நன்கு கற்பிக்கக் குழந்தைப் பரு வத்திலேயே பெற்றோர்கள் முயற்சிகளை மேற்கொள்ள வேண்டும். குழந்தையின் உச்சரிப்பினைச் சிறந்த முறையில் உண்டாக்கப் பெற்றோர்கள் மிகவும் கவனம் செலுத்தவேண்டும். பல பெற்றோர்கள் தங்கள் குழந்தைகள் மழலை பேசும்போது தாமும் அதனைப் போன்ற மழலையில் பேச முற்படுகின்றனர். தாய் ‘சோறு வேண்டுமா’ என்று கேட்பதற்குப் பதிலாக ‘சோச்சி வேணுமா’ (பூவா வேணுமா) என்று கேட்பதனை இதற்குச் சான்றாகக் கூறலாம். இதனால் குழந்தை புதிய சொற்களைக் கற்க வேண்டிய தேவை குறைகிறது. எனவே, மழலையே நீடிக்கத் துவங்கு கிறது. குழந்தையின் பேச்சு வளர்ச்சி தடைப்படுகிறது. பெற்றோர் இத்தகைய தவறுகளைத் தவிர்ப்பதால் குழந்தைக்குப் பல நன்மைகள் ஏற்பட வாய்ப்பிருக்கிறது. மேலும் திக்குதல் (stammering), தெற்றல் (stuttering) போன்ற பேச்சுக் கோளாறுகளை மிக விரைவில் அறிந்து அவற்றைப் போக்க முயல்வது அவசியம். இளம் பருவத்தில் இத்தகைய குறைபாடுகளைப் போக்குதல் இயலும்; ஆனால், இவைகளைக் கவனியாது விட்டுவிட்டால் இவை நிரந்தரமான கோளாறுகளாக ஆகிவிடுதல் கூடும். ஒரு சில வேளைகளில் இத்தகைய பேச்சுக் கோளாறுகள் மன எழுச்சியின் அடிப்படையில் ஏற்படுதலும் உண்டு. இந்நிலைகளில் உளவியல் மருத்துவர்கள் உதவியை நாடுவது சிறப்பு.

மெய்ப்பாட்டு வளர்ச்சி (Emotional development)

குழந்தை பிறந்தவுடன் அதனிடம் மூன்று முதனிலை (primary) மெய்ப்பாடுகள் காணப்படுகின்றன. அவை அச்சம் (fear), கோபம் (rage), அன்பு (love) என்பனவாகும். குழந்தையினைத் தாங்கியிருப்பதனை விட்டுவிடும்போதும், பலத்த ஒலிகள் எழும் போதும் குழந்தை அஞ்சுகிறது என்று வாட்சன் (J B. Watson) குறிப்பிடுகிறார். மற்றப் பொருள்கள் அல்லது சூழ்நிலைகளுக்

கெல்லாம் குழந்தையிடம் ஏற்படும் அச்சங்கள் பிற்கால அனுபவங்களின் அடிப்படையில், ஆக்க நிலையிருத்தத்தின் (conditioning) மூலமாகவே ஏற்படுகின்றன. குழந்தை அஞ்சும்போது 'மூச்சு முட்டுகிறது; கைப்பிடியை இறுக்குகிறது; இமைகள் மூடுகின்றன; உதடுகள் முறுக்கிக் கொள்கின்றன; இறுதியில் அழுகை ஏற்படுகிறது.' இத்தகைய உடலியல் மாறுதல்களுக்கான அடிப்படைகள் யாவும் பிறக்கும்போதே குழந்தையிடம் காணப்படுகின்றன.

மெய்ப்பாடுபற்றிய ஆராய்ச்சிகள்

குழந்தைகள் பூனை, பாம்பு, இருட்டு, மற்றும் இவை போன்ற பலவற்றையும் கண்டு அஞ்சுவது மரபியலடிப்படையிலே இயற்கையாகவே ஏற்பட்டுவிடுவதாக நாம் பொதுவாக நம்புகிறோம். ஆனால், உளவியல் ஆய்வுகள் இதனை ஏற்றுக்கொள்வதில்லை. வாட்சன் இதுகுறித்து நடத்திய ஆய்வுகள் மிகவும் சுவையானவை. அவர் தன் ஆய்வுகளில் சில குழந்தைகளைப் பிறந்ததிலிருந்து முதல் ஓரிரு ஆண்டுகளுக்குத் தொடர்ந்து பின்பற்றி ஆராய்ந்தார். முதலில் இக் குழந்தைகளிடம் ஓர் அழகான பூனை அளிக்கப்பட்டது. இப் பூனை குழந்தைகளிடம் பிரியமான ஆக்கிரமிப்புத் தன்மை கொண்டதாக விளையாடியது. பல முறை அது குழந்தைகளின் மேல் ஏறியும், குழந்தைகளைச் சுற்றிச்சுற்றி வந்தும் விளையாடியது. இவ் வேளைகளில் பல முறை அது குழந்தைகளை உராசியது. ஆனால், இதற்கெல்லாம் ஒருபோதும் குழந்தைகள் அஞ்சவே இல்லை ; குழந்தைகள் பூனையின் உரோமத்தைப் பற்றியிழுக்கவும், கண்ணையும், மூக்கையும் பற்றியிழுக்கவும் முற்பட்டன. இக் குழந்தைகளிடம் மீண்டும் ஓர் முயல் விடப்பட்டது. இதுவும் குழந்தைகளிடம் நன்கு நெருங்கி விளையாடியது; குழந்தைகள் ஒருபோதும் அஞ்சவில்லை. இதன் பிறகு வெள்ளை எலியும், சிறிய பெரிய நாய்களும், பாம்புகளும் இக் குழந்தைகளிடம் விடப்பட்டன. இவைகளுடனும் குழந்தைகள் ஓரளவு விளையாடின. இத்தகைய பரிசோதனைகள் எல்லாவற்றிலும் குழந்தைகள் சற்றும் அச்சமின்றியே நடந்துகொண்டன. இதே பரிசோதனைகளை இருட்டறையில் நடத்தியபோதுகூட குழந்தைகள் கொஞ்சங்கூட இருட்டிற்காக அச்சம் கொள்ளவில்லை. இச் சோதனைகளைப் பறவைகளைக் கொண்டு நடத்திய போதும் இதே முடிவுகளே கிடைத்தன. இத்தகைய ஓர் பரிசோதனையில் ஓர் காகிதப்பையில் புறா ஒன்று விடப்பட்டது. இக் காகிதப் பை தரையில் விடப்பட்டதும் புறா உள்ளே இருந்து படபடத்தது ; இதனால் காகிதப் பையுடன் புறா உருண்டு உருண்டு ஒலி எழுப்பியது ; சில வேளைகளில் புறா கூவுவதும் உண்டு.

இவற்றை எல்லாம் நன்கு கவனித்த நிலையிலும் குழந்தைகள் அஞ்சவே இல்லை. சோதனையாளர் புறுவைக் கையில் எடுத்த வுடன் குழந்தைகள் அதனைப் பிடிக்கவே முயன்றன. இப் பரிசோதனைகளின் முடிவுகள் மட்டுமன்றி விலங்குக் காட்சிசாலை களில் (Zoo) குழந்தைகள் பெரிய விலங்குகளின் எதிரில் நடந்து கொள்வதை உற்றுநோக்கிக் கண்ட முடிவுகளும் ஒருங்கே குழந்தை கள் ' உரோமமிக்க பொருள்களுக்கும் விலங்குகளுக்கும் அஞ்சுவது பிறப்பின்போதே இயற்கையாக ஏற்படுபவையல்ல ' என்று எடுத்துக் காட்டுகின்றன.

மேலே குறிப்பிட்ட சோதனைகள் பல பொருள்கள், பறவை கள், விலங்குகள் இவைகளுக்கான அச்சங்கள் பிறக்கும்போதே இயற்கையாக அமைந்துவிடுவன அல்ல என்று விளக்குவதைக் கண்டோம். நாம் எவ்வாறு குழந்தைகளுக்குப் பலவித அச்சங்களையும் கற்பிக்கிறோம் என்பதை வாட்சன் நடத்திய இன்னொரு சோதனை மிக அழகாக எடுத்துக் காட்டுகிறது. ஆல்பர்ட் ஒரு பதினொரு மாதத்துக் குழந்தை. அவனுக்கு முயல் என்றால் மிகவும் விருப்பம். அதைத் தாவிப் பிடித்து விளையாடுவதற்கு அவன் பெரிதும் விழைவான். இவ்வாறு முயலிடம் சிறிதளவும் அஞ்சாதிருந்த ஆல்பர்ட்டிடம் அதனைக் காண்பதற்கு அச்சம் கொள்ளுமாறு ஆக்கநிலையிருத்தம் மூலம் கற்பிக்கப்பட்டது. ஆல்பர்ட் முயலைத் தாவிப் பிடிக்கப் போகும்போதெல்லாம் பரிசோதனையாளர் பலத்த ஓசை உண்டாக்கத் தொடங்கினர். பலத்த ஓசை குழந்தைகளிடம் இயற்கையாகவே அச்சம் ஏற்படுத்தக் கூடியது என்று முன்பே கூறினோம். இவ்வாறு ஒவ்வொரு முறையும் ஆல்பர்ட் முயலை நாடும்போதெல்லாம் பலத்த ஓசை உண்டாக்கப்பட்டது. நாளடைவில் ஓசையை நிறுத்திவிட்டு முயலை மட்டும் ஆல்பர்ட் அருகே கொண்டு வந்தபோது அவன் அலறிப் புடைத்து ஓடத் தொடங்கினன். பிறகு முயல் போன்று உரோமமுள்ள பொருள்களையும், தாடி மீசை உடையோரையும் கண்டவுடன் அச்சம் கொண்டு ஓடத் தொடங்கினன். இவ்வாறு முதலில் சற்றும் அஞ்சாது விரும்பி நாடிய பொருளே ஆக்கநிலை இருத்தத்தின்மூலம் அஞ்சி வெறுத் தோடும்படி செய்ய இயலும் என்பதை இச் சோதனை எடுத்துக் காட்டுகிறது.

நன்கு கற்ற பெற்றோருங்கூட குழந்தைகளிடம் காரணமற்ற பல அச்சங்களை ஏற்படுத்தி வைக்கின்றனர். இது விரும்பத்தக்க தன்று. காரணமற்ற அச்சங்கள் உளநலத்திற்கு ஊறு செய்வன வாக இருக்கின்றன. பெரும்பாலான பெற்றோர் தங்கள் குழந்தை

உணவு உண்ண மறுக்கும்போதும், உறங்க மறுக்கும்போதும் 'அதோ பார் பூனை வருகிறது' என்றும் 'பூச்சாண்டி வருகிறான்' என்றும் கூறி, அச்சுறுத்தி உணவூட்டவும் உறங்கவைக்கவும் முற்படுவதை நாம் அனைவரும் அன்றாடம் காண்கிறோம். இது உளவியற்பாங்கான முறையன்று. குறிப்பாக உண்ணுதல், உறங்குதல் போன்ற மிக முக்கிய உயிரியல்-உளவியல் நிகழ்ச்சிகளுடன் அச்சத்தைப் பிணைத்து ஆக்கநிலையிருத்தம் செய்தல் குழந்தையின் உளநலத்தைப் பெரிதும் பாதிக்கக்கூடும்.

குழந்தைகளிடம் காணப்படும் அச்சங்களைப்பற்றி மேற்கொள்ளப்பட்ட ஆய்வு முடிவுகள் சில நம் நாட்டுச் சிறுவர் சிறுமியரிடையேஉள்ள அச்சங்கள்பற்றித்தெரிவிக்கின்றன. அலஹாபாத்தினைச்சேர்ந்த உஷா ராணி சிதானா (Usha Rani Sidana) பேராசிரியர் துர்கானந்த சின்ஹாவின் மேற்பார்வையின்கீழ் நடத்திய ஓர் ஆய்வில் இத்தகைய உண்மைகள் தெளிவாக வெளியாகியுள்ளன. இவ்வாய்வில் 120 சிறுவர் சிறுமியர் பங்குபெற்றனர். இவர்களது வயது 6—8, 10—12 ஆக இருந்தது. மேல்நிலைச் சமூகப் பொருளாதாரநிலையைச் சேர்ந்தவர்களும் கீழ்நிலைச் சமூகப் பொருளாதார நிலையைச் சேர்ந்தவர்களும் சம அளவில் இடம் பெற்றனர். கேள்வி நிரல் (Questionnaire), கண்டு பேசுதல் (Interview) போன்ற ஆய்வு முறைகளைப் பயன்படுத்தி இவ்வாய்வாளர் கண்டுள்ள முடிவுகள் வயது, பால் (sex), சமூகப் பொருளாதார நிலை ஆகியவை எவ்வகையில் குழந்தைகளின் அச்சங்களைத் தீர்மானிக்க வழி செய்கின்றன என்று அறியப் பெரிதும் துணை செய்கின்றன.

ஹர்லாக் (Hurlock), ஜெர்ஷீல்ட் (Jersild) போன்ற மேலைநாட்டு ஆய்வாளர்களும், இராஜலட்சுமி போன்ற நம்மவர்களும் வயது அதிகரிக்க அதிகரிக்கக் கொண்டுள்ள அச்சங்களும் அதிகரிக்கின்றன என்று தங்கள் ஆய்வில் கண்டுள்ளனர். ஆனால், சிதானாவின் ஆராய்ச்சிக்குட்பட்ட குழந்தைகளோ இத்தகைய உண்மைக்கு மாறுபட்டிருந்தனர். சிதானாவின் ஆய்வில் வயதிற்கும் அச்சங்களின் எண்ணிக்கைக்கும் தொடர்பில்லை என்ற முடிவு கிடைத்திருக்கிறது. சிறுவர்களைக் காட்டிலும் சிறுமியர் அதிக அளவில் அச்சங்கள் கொண்டுள்ளனர். மேல்நிலைப் பொருளாதாரக் குடும்பத்துச் சிறுவர் சிறுமியரைக் காட்டிலும் கீழ்நிலைப் பொருளாதாரக் குடும்பத்துச் சிறுவர் சிறுமியரிடையே அதிகமாக அச்சங்கள் காணப்படுகின்றன. இம் முடிவும் மேலைநாட்டு ஆய்வுகளுக்கு முரணாக அமைந்துள்ளது. பொதுவாக அலஹாபாத்தைச் சேர்ந்த இவ்வாய்வில் பங்கு கொண்ட சிறுவர்

சிறுமியர் அனைவரிடமும் பொதுவானவைகளாகக் கீழ்க்காணும் அச்சங்கள் காணப்படுகின்றன.

(1) சந்நியாசியைப்பற்றிய அச்சம்
(2) பேய்பற்றிய அச்சம்
(3) பெரும் விலங்குகள்பற்றிய அச்சம்
(4) இருள்பற்றிய அச்சம்
(5) புதியவர்கள்பற்றிய அச்சம்
(6) தந்தைபற்றிய அச்சம்
(7) விபத்துகள்பற்றிய அச்சம்

மேலும் நுண்ணறிவு மிக்க சிறுவர் சிறுமியர்கள் ஏனைய சிறுவர் சிறுமியரைப் போன்று அஞ்சுவதில்லை என்றும், பெரிய சிறுவர் சிறுமியர்களைவிடச் சிறியவர்கள் அதிகமாக அஞ்சுகிறார்கள் என்றும் இவ்வாய்வு முடிவுகள் சுட்டிக் காட்டுகின்றன. பொதுவாகத் துன்பமடைந்த சூழ்நிலைகள், மக்கள் ஆகியோரைக் குறித்துச் சிறுவர் சிறுமியர் அஞ்சுகின்றனர் என்ற முடிவினையே இவ்வாய்வு வலியுறுத்துகிறது. ஆனால், இக் குழந்தைகளின் அச்சங்கள் அவை சொந்தமாக அனுபவித்த துன்பத்தினுடன் பொருத்தம் கொண்டவையாக இருப்பதில்லை.

8, 9, 10 வயதுகள் கொண்ட 150 சிறுவர் சிறுமியரைக் கொண்டு இராஜலட்சுமி வர்மா ஓர் ஆய்வினை நடத்தியிருக்கிறார். இவ்வாய்வின் பயனாகச் சென்னைச் சிறுவர் சிறுமியர் எவ்வெவற்றிற்காக அஞ்சுகின்றனர் என்று தெரியவருகின்றது. இவ்வாய்வின் மூலமாக அடுத்துக்காணும் வரிசை முக்கியத்துவத்திற்கு ஏற்பச் சிறுவர் சிறுமியர் பல விதமான அச்சங்களையும் கொண்டிருப்பதனை அறியலாம்.

மேற்கூறிய ஆய்வு முடிவுகள் சிறுவர் சிறுமியரிடையே காணப்படும் பலவகையான அச்சங்களும் பொருளற்றவையாக இருப்பதனையே எடுத்துக் காட்டுகின்றன. இத்தகைய பொருத்தமற்ற அச்சங்களைப் பெற்றோரும் ஏனைய பிறருமே குழந்தைகளுக்குக் கற்பிக்கின்றனர். உரிய முறைகளில் சிறுவர் சிறுமியரை வளர்க்கும் வேளைகளில் இத்தகைய பொருளற்ற எண்ணற்ற அச்சங்கள் குழந்தையிடம் தோன்றாமல் பார்த்துக்கொள்ள முடியும்.

பொதுவாக மன எழுச்சிகளை இருவகையாகப் பிரிக்கலாம். இன்பம், மகிழ்ச்சி, அன்பு, நட்பு போன்ற உடன்பாட்டுவகையான

சிறுவர் சிறுமியர்களிடையே நிலவும் அச்சங்கள்

சிறுவர்களுடைய அச்சங்கள்	சிறுமியர்களுடைய அச்சங்கள்
இறப்புப்பற்றிய அச்சம்	இயற்கை நிகழ்ச்சிகளைப் பற்றிய அச்சம்
இயற்கை நிகழ்ச்சிகளைப்பற்றிய அச்சம்	இறப்புப்பற்றிய அச்சம்
தாயின் பாதுகாப்புப் பற்றிய அச்சம்	இடத்தைப்பற்றிய அச்சங்கள்
பொருள்களை இழப்பதுபற்றிய அச்சம்	பொருள்களை இழப்பதுபற்றிய அச்சம்
பள்ளிச் சூழ்நிலைகளுக்கான அச்சங்கள் (பள்ளி முன்னேற்ற அறிக்கை, பள்ளியில் பிறரால் நகைக்கப்படுதல், தண்டனை பெறுதல் போன்றவற்றிற்கான அச்சங்கள்)	பள்ளிச் சூழ்நிலைக்கான அச்சம் (பள்ளி முன்னேற்ற அறிக்கை, பள்ளியில் பிறரால் நகைக்கப் படுதல், தண்டனை பெறுதல் போன்றவற்றிற்கான அச்சங்கள்)
தனக்குக் காயம் ஏற்படுமோ என்ற அச்சம்	தனக்குக் காயம் ஏற்படுமோ என்ற அச்சம்
இடத்தைப்பற்றிய அச்சங்கள்	விரும்பப்படாமல் இருந்துவிடுவோமோ என்ற அச்சம்
பார்வைசார் அச்சம்	தாயின் பாதுகாப்புப்பற்றிய அச்சம்
விரும்பப்படாமல் இருந்துவிடுவோமோ என்ற அச்சம்	விலங்குகளுக்கான அச்சம்
விலங்குகளுக்கான அச்சம்	பார்வைசார் அச்சம்
இயற்கை நிகழ்ச்சிகளின் அச்சம்	இயற்கை நிகழ்ச்சிகளின் அச்சம்
ஒலிசார் அச்சங்கள்	ஒலிசார் அச்சங்கள்

மெய்ப்பாடுகளும் இருக்கின்றன. அதேபோல் கிலி, அச்சம், பொறாமை போன்ற எதிர்மறையான மெய்ப்பாடுகளும் உள்ளன. இத்தகைய மன எழுச்சிகள் அனைத்தும் குழந்தை பெறும் அனுபவங்களின் அடிப்படையில் அவற்றிடம் ஏற்படுகின்றன. உரிய வகையில் சூழ்நிலையை அமைத்துத் தரும்போது குழந்தையிடம் உடன்பாட்டு வகையான மெய்ப்பாடுகளே அடிக்கடி ஏற்படும்

வண்ணம் செய்ய முடியும். இதுவே உளநலத்திற்கான வழி. இயன்ற வரை எதிர்மறை மன எழுச்சிகளைத் தவிர்த்தல் உளநலனை மிகுக்கும். ஆனால், பல பெற்றோர்கள் இவ் உண்மையை உணர்வதில்லை. குறிப்பாக அவர்களே தங்களையறியாமல் அச்சம், பொறாமை போன்றவற்றைக் குழந்தைகளிடம் தோற்றுவித்து வளர்த்துவிடுகின்றனர். இது குழந்தைகளின் ஆளுமையையே பெரிதும் பாதிக்கும் தன்மை கொண்டதாகக் காணப்படுகிறது. எனவே, பெற்றோர்கள் குழந்தைகளிடம் முன்னெச்சரிக்கையுடன் நடந்து கொண்டால்தான் குழந்தைகள் சிறந்த மெய்ப்பாட்டு நிலையைப் பெற்று வளரும்.

12. குழந்தைப் பருவத்துச் சிக்கல் மிகுந்த சூழல்கள்

பொருத்தப்பாடுகளும் வளர்ச்சியும்

ஊக்கங்கள், பிரச்சினைகள், அனுபவங்கள் ஆகிய அனைத்தும் ஒருவரது பொருத்தப்பாட்டினைத் தீர்மானிப்பதன்மூலம் அவை உளநலனிற்கு அடிப்படையான காரணிகளாக அமைகின்றன. இவை பருவத்திற்குப் பருவம் வேறுபட்டமைகின்றன. குழந்தைப் பருவத்தில் ஏற்படும் சிக்கல்களும் மனமுறிவுகளும், குமரப் பருவத்தில் உண்டாகும் சிக்கல்கள் மனமுறிவுகளினின்றும் பெரிதும் மாறுபட்டிருக்கின்றன. இத்தகைய சூழ்நிலைகளில் ஏற்படும் பொருத்தப்பாடுகள் ஒன்றிற்கு ஒன்று வேறுபட்டவையாகக் காணப்படுகின்றன.

பிற்காலத்தில் தொடர்ந்து ஏற்படும் பொருத்தப்பாடுகளின் தன்மையினைத் தீர்மானிப்பவையாகக் குழந்தைப்பருவ அனுபவங்கள் அமைகின்றன என்பதனைப் பல உளவியலர்கள் எடுத்துக்காட்டியிருக்கின்றனர்.

குழந்தைப் பருவத்தில் முக்கியப் பயிற்சி நிலைகள்

குழந்தைகளின் பற்பல தேவைகளையும் அது வளரும் பண்பாட்டுச் (culture) சூழ்நிலை பெருமளவு வகைப்படுத்துகிறது எனலாம். எவ்வாறு உணவளிப்பது, தூய்மைப் பழக்கங்களில் பயிற்சி பெறுவது, பால் பயிற்சி பெறுவது, சினம் கொள்ளும் போது எவ்வாறு அதனை வெளிப்படுத்துவது போன்ற அனைத்தையும் பண்பாடே தீர்மானிக்கின்றது. இவ்வாறு சமூகம் பெற்றோர்களின்மூலமாகச் செயலுறும் வேளைகளில் குழந்தை ஏதுமறியாத மெய்ப்பாட்டு வகையில் எதிர்வினை செய்கின்றது. இது போன்ற பயிற்சிச் சூழல்கள் ஒருவனது பழக்கங்கள், பண்பு ஆகியவற்றில் நீடித்த விளைவுகளை உண்டாக்குகின்றன. அவை எவ்வாறு ஏற்படுகின்றன என்பதைப்பற்றி இங்கு விளக்குவோம்.

உணவூட்டும் சூழ்நிலை : சிக்கல்களும் நோக்குகளும்

பசி ஊக்குவியின் காரணமாக முக்கியமான கற்றல் ஏற்படு கிறது. தொடக்க காலங்களில் குழந்தைக்குப் பசி ஏற்படும்வரை அதுபற்றிய முன் உணர்வே இருப்பதில்லை; திடீரென்று பசி உண்டாகிவிடுகிறது. பசி ஏற்பட்டதும் குழந்தை வீறிட்டு அழு கிறது. இதன் விளைவாக அதற்கு உணவு அளிக்கப்படுகிறது. குழந்தை 'பசித்தவுடன் அழுவதால் உணவு கிடைக்கும்' என்ற முதல் கருத்தைக் கற்கிறது.

இவ்வாறு உணவிற்காக அழுவதற்குக் கற்றுக்கொண்ட குழந்தை அழுகையின்மூலம் தன் துன்பங்களை வெளிப்படுத்த முற்படுகிறது. இதன் அடிப்படையிலேயே 'எந்த ஒரு துன்பத்தி னின்றும் விடுபட வழியுண்டு' என்ற நம்பிக்கை பிற்காலத்திலும் வேரூன்றிக் காணப்படுகிறது.

உணர்வின்மையும் ஐயப்பாடுடைமையும் (Apathy and Apprehensive-ness)

குழந்தை பசியால் அழும்போதும் அதற்கு உணவளிக்க முற்படாமல் அவ்வாறே அழுதுகொண்டிருக்குமாறு விட்டு விட்டால், அது தான் அழுவதால் தன் துன்பத்தை நீக்கிவிட முடியாது என்று கொஞ்சம் கொஞ்சமாகக் கற்றுக்கொள்கிறது. இத்தகைய அனுபவம் உணர்வற்ற போக்கினை அக் குழந்தையின் எதிர்காலத்திலும் நிரந்தரமாக உண்டாக்கிவிடுதல் கூடும். இத்தகைய போக்குக் கொண்டவர்கள் எதற்கும் முயற்சி செய்யாது இருப்பவராகக் காணப்படுவர்.

சமூகத்தன்மையும் அன்பும் (Sociability and Love)

மேலே விளக்கிய வகையில் மட்டுமன்றி வேறு பல விதங்களிலும் உணவூட்டும் சூழ்நிலை குழந்தையின் ஆளுமையை பாதிக்கிறது. உணவூட்டப்பெறும் சூழ்நிலையிலேயே குழந்தை முதன்முதலாகப் பிறருடன் இருப்பதற்குக் கற்றுக்கொள்கிறது. இவ் வகையில் சமூகத் தன்மைக்கு முதன் முதலில் வித்திடும் களமாக உணவூட்டல் சூழ்நிலை அமைகிறது. பசியான குழந்தை உணவு பெற்று அடையும் மகிழ்ச்சியும் மன நிறைவும் அச் சூழ்நிலையில் இடம்பெறும் மற்றவர்களுடனும் இணைக்கப்படுகின்றன. இதன் அடிப்படையிலேயே குழந்தை தன் தாயினைக் கண்ட மாத்திரமே மனநிறைவும் மகிழ்வும் பெறுகிறது. இத்தகைய தொடர்புகளின் அடிப்படையிலேயே தாயின் காலடியோசையைக் கேட்டதும் அழும் குழந்தை அழுகையை நிறுத்திவிடுகிறது. தாயின் ஆடை

களின் சலசலப்பைக் கேட்டு மகிழ்வடைகிறது. பால் புட்டியைக் கழுவும் ஓசையைக் கேட்டதும் அழுகையைக் குறைக்கிறது. இத்தகைய அனுபவங்கள் அனைத்தும் மிக ஆழ்ந்த மன எழுச்சித் தன்மை பொருந்தியனவாக விளங்குகின்றன; இவ்வனுபவ உணர்வுகள் எல்லாம் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகத் 'தாய்' என்ற சொல்லுடனும் கருத்து நிலையுடனும் பிணைவதனாலேயே இறுதியில் 'தாய்' என்றதுமே குழந்தை உள்ளத்தில் இன்பமான உணர்வு ஏற்படுகிறது. குழந்தை காணும் சமூகத்தின் உச்சியில் தாய் காணப்படுவதால், குழந்தை பிற்கால வாழ்வில் சமூகத்தினைப்பற்றிக் கொள்ளவிருக்கும் உணர்வுகளுக்கெல்லாம் அடிப்படையாக விளங்குகிறாள். எனவே, குழந்தைக்கு இதமானதும் இன்பமானதுமான உணர்வு அனுபவங்களை உரிய முறையில் அமைத்துத் தருதல் தாயின் முக்கியப் பொறுப்பாகும்.

சமூக உணர்வு அற்றிருத்தல் (Lack of social feeling)

பசித்த குழந்தைக்குப் பாலூட்டாமல் விட்டுவிட்டால் அது பிறருக்கான உணர்வு குன்றியதாக மாறுகிறது. குழந்தைக்கு உரிய உணவை, உரிய வேளைகளில், தகுந்தவாறு அளிக்காவிட்டால் அதனிடம் சமூக உணர்வு குன்றிய தன்மை ஏற்படுகிறது. மேலும் பசியினால் அழுவதற்காகக் கடிந்து தண்டிக்கப்பட்டால் அதனிடம் பசி அச்சநிலை உளப் போராட்டம் (hunger-anxiety conflict) ஏற்படுகிறது.

தனிமையும் அச்சமும்

குழந்தை பசி நேரங்களில் தனியாக இருந்து பசி மிகமிக அழும்போதும் சிறிது நேரம் தனியாகவே விட்டுவிட்டுப் பிறகு உணவளிப்போமானால் அதனிடம் தனித்திருப்பதற்கான அச்சம் நிரந்தரமாவதற்கு வழி ஏற்படுகிறது. இவ்வாறு உணவுச் சூழ்நிலையின் அடிப்படையில் தனித்திருப்பதற்கான அச்சம் குழந்தையிடம் வேரூன்ற இடம் ஏற்படுவதுண்டு. இதே போன்ற செறிவு மிக்க மெய்ப்பாட்டினைக் குழந்தையிடம் தோற்றுவிக்கும் ஒவ்வொரு துலங்கல்களையும் நாம் பல புறச் சூழ்நிலைப் பொருள்களுடனும் இணைத்துவிட முடியும். இருட்டு, அமைதிமிக்க சூழல், அசைவற்றிருத்தல் ஆகியவற்றிற்கு அஞ்சக் கற்ற குழந்தை, இவற்றினின்று தப்பி வெளிச்சம், ஓசை மிக்க சூழல், அசைவு மிகுந்திருத்தல் ஆகியவற்றிற்கு ஓட முற்படும். இதனால் பெற்றோர் பெரிதும் தொல்லைகளுக்கு உள்ளாகின்றனர். குழந்தை அவர்களை விட்டுப் பிரிந்து தனியாக இருப்பதற்கு மறுக்கும். இதனால் பல உளப் போராட்டங்கள் ஏற்பட வழியேற்படுகிறது.

தாய்ப்பால் மறத்தல் (Weaning)

ஒருவகை உணவினின்று இன்னொரு வகை உணவிற்கு மாறும் நிலையில் குழந்தைக்குக் கடுமையான பல அதிர்ச்சி தரும் சூழல்கள் எழுவதுண்டு. திடீரென்று இவ்வாறு உணவு வகை மாற்றப்படும் வேளைகளில் குழந்தை பட்டினி கிடக்க முற்படுவதுண்டு. சில பெற்றோர்கள் இதனைப் பொருட்படுத்துவதில்லை. பசி மிகும்போது தானாகக் கொடுத்த உணவை உண்ணத்தானே வேண்டும் என்று விட்டுவிடுகின்றனர். உண்மையில் குழந்தை இந்தக் கட்டாயச் சூழ்நிலையில் உடன்படுவது உண்டு. ஆனால், இச் சூழ்நிலையால் பல விரும்பத்தகாத உள நிலைகள் குழந்தையின் மனத்தில் வேரூன்றிவிட இடம் ஏற்படுகிறது.

வயிற்றுப் பொருமலும் திரும்பத் திரும்ப ஏற்படும் பசியும் (Colic and recurring hunger)

வயிற்றுப் பொருமல் கொண்ட குழந்தை தான் துன்பமடைவதுடன் தன் பெற்றோரையும் துன்பத்திற்குள்ளாக்குகின்றது. குழந்தை அளவிற்கு மீறி உண்டுவிடுவதால் வயிற்றில் அஜீரணத்தால் எழும் காற்றின் காரணமாகவே இவ் வயிற்றுப் பொருமல் ஏற்படுகின்றது. இவ்வாறு வயிற்றுப் பொருமல் ஏற்படும் வேளைகளில் குழந்தைக்கு மீண்டும் பசி ஏற்படுகின்றது. இதனை உணராத பெற்றோர்கள் குழந்தைக்கு உணவளிக்க மறுப்பதுண்டு. ஆனால், குழந்தைக்கு உணவூட்டினால் மீண்டும் வயிற்றில் காற்று ஏற்படுவதால் வயிற்று முனைப்பும், வாந்தி எடுத்தலும் ஏற்படுகிறது. குழந்தை தானாகத் தனது வயிற்றுப் பொருமலை உணர்ந்து உணவுண்ணலைச் சரிசெய்து கொள்வதே இத் தொல்லைகள் குறைய ஓரே வழி. பொதுவாகக் கால அட்டவணைப்படி உணவளிக்கப்படும் குழந்தைகளுக்கே இவ் வயிற்றுப் பொருமல் அடிக்கடி ஏற்படுகிறது. இத்தகைய வேளைகளில் குழந்தையைக் கடிந்துகொண்டால் அது கிலியுணர்வு கொள்ளத் தொடங்கிவிடும்.

தொடக்க ஆண்டுகளில் இரகசியமாகக் கற்றல் (Secret learning of early years)

இதுவரை மிக எளிய அன்றாட நிகழ்ச்சியான உணவூட்டற் சூழல் எத்துணையளவு ஒருவரது உளநலத்திற்கான அடிப்படைகளை அமைத்துத் தருகின்றது என்று கூறினோம். வெளியிலிருந்து பார்ப்போருக்குக் குழந்தை இவற்றையெல்லாம் கற்பது தெரிவதில்லை. ஆனால், வீட்டினருக்குக் குழந்தை உணர்வற்றதாக, எச்சரிக்கை மிக்கதாக, இருட்டைக் கண்டு அஞ்சக் கற்பதாக மாறுவதோ விருப்பம் மிகுந்ததாக, சமூகத்தன்மை கொண்டதாக, நம்பிக்கை

கொண்டதாக மாறுவதோ எளிதில் புரிந்துவிடும். டோலார்டும் (Dollard) மில்லரும் (Miller) இத்தகைய இரகசியக் கற்றலே அறிவியல் ஆய்விற்கு ஏற்றவை என்று கருதுகிருர்கள்.

தொடக்க ஆண்டில் குழந்தைக்கு ஏற்படும் அனுபவத்தினை அது விரிவாக விவரித்துக் கூறுவது என்பது எங்ஙனம் இயலும்? எனவே, மிக முக்கியத்துவம் வாய்ந்த முதலாண்டின் வாழ்வு வரலாறு நமக்குக் கிடைக்காமற் போய்விடுகிறது. ஆனல், இவ் வரலாற்ருல் ஏற்பட்ட நடத்தையமைப்புகள் தொடர்ந்து ஒருவரது வாழ்வு முழுதும் இருக்கிறது. பெயர், இனம் அறியப்படாத நனவில், மனத்தில் (unconscious mind) புதைந்த அனுபவங்கள் நனவு நடத்தைக்கு வருகின்றன. இவ்வாறு பெறப்பட்ட அனுபவங்களின் மாறுபாடுகளே குழந்தைகளுக்கிடையே உளநலத்தில் காணப்படும் வேறுபாடுகளுக்கும் காரணமாக இருக்கின்றன.

தூய்மைப் பயிற்சி

உடல் தூய்மையினை முதன் முதலாகக் கற்றுக்கொள்வது குழந்தையின் உளநலத்தினைப் பொறுத்தவரை ஓர் சிக்கல் மிக்க சூழலாக அமையவல்லது. பொதுவாக ஒவ்வொரு சமூகத்திலும் எல்லாக் குழந்தைகளும் ஒரேமாதிரியாகத் தூய்மைப் பழக்கங்கள் கொண்டிருக்கவேண்டும் என்று எண்ணுகின்றனர். குழந்தைகளுக்கிடையேயுள்ள தனியாள் வேற்றுமைகளை அவ்வளவாக ஒருவரும் பொருட்படுத்துவதில்லை. சிறு வயதுகளில் குழந்தை சிறுநீர், மலம் ஆகியவற்றைக் கைகளால் தொட்டு விளையாடுவதில் இன்பம் காணுகிறது. இவ் வேளைகளில் குழந்தை வன்மையாகக் கண்டித்துத் தண்டிக்கப்பட்டால் இதனுல் ஏற்படும் அச்சமும் கிலியுணர்வும் இத்தகைய கழிவுப் பொருள்களுடனும், கழிவுச் செயல் நிலைகளினுடனும் பிணைக்கப்பட்டுவிட வழி ஏற்படுகிறது. எனவே, குறித்த நேரத்தில் குறித்த இடத்தில் கழிவுப் பொருள்களைக் கழிப்பதற்குக் கற்பிக்க முற்படும் பெற்ருேர்கள் மிக்க கவனத்துடனும் எச்சரிக்கையுடனும் உளநல விதிகளைக் கடைப்பிடித்தல் அவசியம்.

தூய்மையாயிருக்கக் கற்பதில் உள்ள தொல்லை

மலக்குடல் நிரம்புவதால் குதத்தில் உணர்ச்சி ஏற்படுகிறது. தூய்மைப் பயிற்சி பெறும் நிலையில் இவ் உடலியல் நிகழ்ச்சி மாற்றியமைக்கப்படவேண்டிய அவசியம் ஏற்படுகிறது. மலக்குடல் நிரம்புவதால் ஏற்படும் தூண்டலின் வலிவு குறைக்கப்படவேண்டும். குழந்தை இவ் உடலியல் நிகழ்ச்சியால் எழும் உணர்

வினை மட்டுமே ஒடுக்கியடக்கக் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். பின் சமூகத்திலுல் விரும்பப்படும் வகையில் ஒருசில துலங்கல்களை மேற்கொள்ளத் தொடங்கவேண்டும்; பின் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக இவ் உணர்வினை அடக்கியவண்ணம் நடந்து சென்று, பொத்தான்களைத் தளர்த்தி, உரிய இடத்தில் உரியவாறு அமர்ந்து கழிவு செய்யக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டியிருக்கிறது. இத்தகைய செயல்கள் அனைத்தையும் ஒவ்வொன்றாகக் குழந்தை கற்கவேண்டியிருக்கிறது. சான்றாகச் சிறு குழந்தை தனது பொத்தான்களைத் தளர்த்தும் பழக்கத்தைக் கற்றுக்கொள்வதற்கே பெரு முயற்சியும், அதிக காலமும் செலவிட வேண்டியிருக்கிறது.

மேலும் தூய்மைப் பயிற்சி பெறும் குழந்தை இயல்பாகவே பெரிதும் வாய்ப்புக் குன்றிக் காணப்படுகிறது. தூய்மைப் பயிற்சி தொடங்கும் பருவத்தில் குழந்தையின் சொல்லும், அதாவது பேச்சும் அவ்வளவாக வளர்ச்சி பெற்றிருப்பதில்லை. எனவே, கற்றலுக்கு எளிதாகக் கிடைக்கக்கூடிய கருத்துப் பரிவர்த்தனை ஊடகம் இல்லாது தானாக முயன்று தவறி (trial and error) இப் பழக்கங்களைக் குழந்தை கற்க வேண்டிய கட்டாயம் காணப்படுகிறது. இதோடு அது பல இன்பமான சூழ்நிலைகளினின்று திடீரென மாறி தூய்மைப் பழக்கத்தின்படி நடக்க வேண்டியிருக்கிறது. விளையாடி மகிழும் குழந்தை அதில் பெறும் கிளர்ச்சி எத்துணை வலியதாக இருந்தாலும் நிறுத்திவிட்டுக் குறித்த நேரத்திலும் குறித்த இடத்திலும் சிறுநீர் கழிக்க அல்லது மலம் கழிக்கச் செல்ல வேண்டிய அவசியம் ஏற்படுகிறது. தூக்கத்தை நீடிப்பது இதமாக இருக்கக்கூடிய வேளையில் படுக்கையினின்று எழுந்து கழிவறை நோக்கிச் செல்லவேண்டிய கட்டாயம் ஏற்படுகிறது. அன்றியும் பல இடங்களையும் அது பிரித்தறிந்து கொள்ள வேண்டிய தேவை இப் பயிற்சியில் மிகுதியாகக் காணப்படுகிறது. முற்றம், படுக்கை அறை, சாப்பாட்டு அறை, சமையல் அறை என்று ஒவ்வோர் அறையையும் அது உணர்ந்து பிரித்து அறிந்துகொள்வது தூய்மைப் பயிற்சியின் ஓர் அங்கமாக விளங்குகிறது.

இவ்வாறு தூய்மைப் பயிற்சி மேற்போக்காகக் காணப்படுவது போன்று ஓர் எளிய சாதாரண நிகழ்ச்சி அன்று. இப் பயிற்சியில் உடலியல் நிகழ்ச்சிகளும் உளவியல் நிகழ்ச்சிகளும் சிக்கலாக அமைந்துள்ளன. இதில் பல பழக்கங்களும் வளர்ச்சிகளும் படிப்படியாக அமைகின்றன. எனவே, பொதுவாகக் கூறுமிடத்து, இந் நிகழ்ச்சியினைப் பல ஆண்டுகளுக்குத் தொடர்ந்து இடையற குழந்தையிடம் ஏற்படுத்தப்படும் ஓர் பழக்கமாகக் கூறலாம்.

13. குழந்தைப் பருவப் பிரச்சினைகளும் தீர்வும்

தனக்குப் பாதுகாப்பில்லை என்ற உணர்வும், தான் பலவிதங்களில் நிறைவில்லாதிருக்கிறேன் என்ற எண்ணமும், தாழ்வு உணர்ச்சியும் குழந்தைப் பருவத்திலேயே ஏற்படுதல் உண்டு. இக் கருத்தை ஆட்லர் (Adler) நன்கு வலியுறுத்தியுள்ளார். சாதாரணமாக வளர்ச்சிப் பருவத்தில் இத்தகைய உணர்ச்சிகள் தோன்றி மறைதல் இயற்கையே. தாய் தன்னை வீட்டில் விட்டு விட்டு வெளியில் சென்ற நிலையில் குழந்தை மணிக்கணக்காக அழுகிறது. நான்கு வயது குழந்தை தனது விளையாட்டுப் பொருளைத் தொலைத்துவிட்டால் அதற்காக உளம் சோர்ந்து இருப்பதனை நாம் சாதாரணமாகக் காண்கிறோம். இவ்வாறு நடந்து கொள்வதனை நாம் இயல்பான நடத்தையாகக் கொள்கிறோம். குழந்தை வளரவளர இத்தகைய நடத்தைகள் மறைந்துவிடுகின்றன. ஆனால், வளர்ச்சி மட்டுமே இத்தகைய பாதுகாப்பின்மை, பற்றுக்குறைபற்றிய எண்ணங்களைத் தானாக மாற்றிவிடும் என்று கூறுவதற்கில்லை ; மாறாக இத்தகைய உணர்வுகள் வளர்ச்சிப் பருவத்தின் ஒவ்வொரு நிலையிலும் பல்வேறுபட்ட சமூகத்தில் விரும்பப்படாத நடத்தைகளுக்கு அடிப்படையாக அமைகின்றன என்று பல ஆய்வுகள் எடுத்துக்காட்டியுள்ளன. குழந்தைக்கு ' நாம் ஏற்றுக்கொள்ளப்படுகிறோம் ' என்ற உணர்வையும், 'நாமும் ஓரளவு பயன்மிக்கவர் ; ஓரளவு நிறைவுடையவர் ' என்ற உணர்வையும் உண்டாக்குதலே குழந்தை வளர்ப்பின் இலட்சியமாக அமையவேண்டும். இத்துடன் குழந்தையின் உடல் நலனும் நன்கு கவனிக்கப்படவேண்டும். ஆனால், பல வேளைகளில் குழந்தையின் உடல் நலனிற்கு முன்பு அதன் மன எழுச்சித் தேவைகள் அவ்வளவாக முக்கியத்துவம் அளிக்கப்படுவதில்லை. ஆனால், குறிப்பாகக் குழந்தையின் உள நலத்தைப் பாதுகாக்க அதன் அடிப்படையான மன எழுச்சித் தேவைகளை நிறைவேற்றுதல் இன்றியமையாததாகும். குழந்தைப் பருவத்தில் குழந்தைகள் நுண்ணிய உணர்வுகொண்டவர்களாக விளங்குகின்றனர். எனவே, சாதகமற்ற நோக்குகளையும், மன எழுச்சி விறைப்புகளையும் அவை மிக எளிதில் நன்கு உணர்ந்து

கொள்கின்றன. மன விறைப்பு மிக்க, வெளிப்படையாகத் தம் விருப்பினை வெளியிடாத பெற்றோர் குழந்தையின் அன்பிற்கான தேவையை நிறைவு செய்வதில்லை. அடிக்கடி எரிந்துவிழும் பெற்றோரும், அவ்வப்போதைய மனப்பாங்கினால் பெரிதும் பாதிக்கப்படும் பெற்றோரும் குழந்தையிடம் காணப்படும் 'தன்னைப் பிறர் ஏற்றுக் கொள்ளவேண்டும்' என்பதற்கான தேவையை நிறைவு செய்ய இயலுவதில்லை. சாதாரணமாக ஓர் ஆண்டு முடிந்த நிலையில் தன்னைச் சுற்றியுள்ளோர் தன்னை விரும்பி ஏற்றுக் கொள்கிறார்களா இல்லையா என்று குழந்தைக்கு மிகத் தெளிவாகப் புரிந்துவிடுகின்றது. குழந்தைப் பருவ அனுபவங்கள் ஒருவனை வாழ்வு முழுவதும் தொடர்ந்து பாதிக்கின்றன. குழந்தைப் பருவத்தில் தான் பிறரால் நன்கு விரும்பி ஏற்றுக்கொள்ளப்படுவதாக உணரும் குழந்தை வாழ்வின் எல்லாப் பருவங்களிலும் இதே நம்பிக்கையையும் உணர்வையும் பெறுகிறது. எனவே, குழந்தைப் பருவத்தில் நன்கு பராமரிக்கப்பட்ட குழந்தை தன் பின்னாட்களில் தவறான பொருத்தப்பாடுகளை மேற்கொள்வதும், காப்புணர்ச்சியற்றிருப்பதும் அரிது.

பள்ளி செல்லலைப்பற்றிய பிரச்சினைகள்

பள்ளிக்குச் செல்லும் பருவத்தை நெருங்கும் குழந்தைகள் பலவற்றிடம் உண்ணுதற்கான பிரச்சினைகள் காணப்படுகின்றன. இவைகளுக்கு எவ்வாறு முறையாக உண்ணவேண்டும் என்பதே தெரிவதில்லை. இத்தகைய பிரச்சினைகள் மன எழுச்சியின் அடிப்படையில் ஏற்படுகின்றன. பசியே இல்லாமல் இருத்தலும், பசியாகவே எப்போதும் இருத்தலும் மன எழுச்சிக் கோளாறுகளைக் குறிப்பனவாக இருத்தல் உண்டு.

உணவூட்டல்பற்றிய சில கருத்துகள்

குழந்தைகளுக்கு எவ்வெவ் வேளைகளில் உணவூட்ட வேண்டும் என்பதில் பல பெற்றோர்களிடம் கருத்து வேறுபாடு காணப்படுகிறது. சிலர் குறிப்பிட்ட காலங்களைத் தாமாகத் தேர்ந்தெடுத்துக் கால அட்டவணைப்படியே நடந்துகொள்ள விரும்புகின்றனர். சிலரோ குழந்தை அழும்போதெல்லாம் உணவூட்ட முயல்கின்றனர். குழந்நை நல்ல உடல்-உள நலம் பெற நாம் கால அட்டவணைப்படி உணவூட்ட வேண்டும் என்பதில்லை. குழந்தைகள் உண்ணும் நேரங்களைத் தாமாகவே நன்கு அமைத்துக் கொள்கின்றன என்று ஆய்வுகள் எடுத்துக் கூறுகின்றன. எனவே, குழந்தை விரும்பி உண்ணும் வேளைகளில் உணவூட்டலே சிறந்தது. ஒருசில குழந்தைகளிடம் உளவியற் காரணங்களினடிப்

படையில் பசி இல்லாமற் போய்விடுவதுண்டு. பெற்றோர் சச்சரவு கள் மிகுந்த சூழ்நிலையில் மன விறைப்புடன் இருக்கும் குழந்தை யிடம் இவ்வாறான பசியின்மை ஏற்படுவதுண்டு. இத்தகைய சூழ்நிலையில் வாழும் குழந்தை எப்போதும் மன விறைப்புக் கொண்டதாகவும், அச்சம் மிகுந்ததாகவும் காணப்படுவதன் காரணமாக அதனிடம் பசியின்மையை உண்டாக்குகின்றன. எனவே, பெற்றோரது சுமுகமான உறவு குழந்தையின் உளநலத் திற்கு அடிப்படையாக உள்ளது என்று கூறலாம். மேலும் குழந்தையிடம் கடுமையாகவும், எப்போதும் குறை கூறும் வகை யிலும், இரக்கமின்றியும் பெற்றோர் நடந்துகொள்ளும் வேளைகளி லும் குழந்தையின் பசி பாதிக்கப்படுகிறது. நல்வழிப்படுத்த வேண்டும் என்ற நல்ல நோக்கம் கொண்ட பெற்றோர் குழந்தை யின் தவறுகளை உரியமுறையில் அன்பாக எடுத்துக்காட்டியே கண்டித்தல் வேண்டும். திட்டுதல், குறைகூறல், பலவிதங்களில் தண்டித்தல் போன்றவை குழந்தையிடம் மன விறைப்பையும், காப்பற்ற உணர்வையுமே உண்டாக்குகின்றன. அன்றியும் குழந்தைக்கு வலுக்கட்டாயமாக உணவூட்டும் வேளைகளிலும் பசியின்மை ஏற்படுகின்றது. தாய்ப்பால் ஊட்டுவதனை நிறுத்தும் வேளை அல்லது புட்டிப்பாலை நிறுத்தும் வேளை இவைகள் குழந்தை யின் மனவெழுச்சியைப் பெரிதும் பாதிக்கக்கூடிய நிகழ்ச்சிக ளாகும். ஒருசில பெற்றோர் திடீரென்று பாலூட்டுவதனை நிறுத்தி விடுகின்றனர்; நிறுத்தியபின் ஒருபோதும் பழையபடி பாலூட்டுவ தில்லை. இதனால் குழந்தையிடம் மனமுறிவு (frustration) ஏற்படு கிறது. இதன் காரணமாகக் குழந்தை அடிக்கடி எரிந்து விழத் தொடங்குகிறது. பெரிதும் மன விறைப்புக் கொண்டதாகவும், எதிர்த்துப் பேசுவதாகவும் மாறுகிறது. அதனிடம் பசியின்மை யும் தோன்றுகிறது. இதனால் உணவு கொள்வதில் பல பிரச் சினைகள் எழுகின்றன. பெரும்பாலான குழந்தைகள் ஏறத்தாழ ஒன்று அல்லது ஒன்றரை வயதில் தாயிடம் பாலுண்ணுவதனை நிறுத்திக்கொள்கின்றன. இவ்வாறு தாய் பாலூட்டுவதனை நிறுத்திக்கொள்ளும் காலம் குழந்தையிடம் காணப்படும் சப்புவ தற்கான தேவை, மன எழுச்சிக் காப்புணர்ச்சி, தாயுடன் கொண்டுள்ள மன எழுச்சிப் பாங்கான உறவு ஆகிய பலவற்றை யும் சார்ந்து விளங்குகின்றது. ஒருசில குழந்தைகள் மூன்று அல்லது நான்கு ஆண்டுகள்வரை அவ்வப்போது மன எழுச்சி அழுத்தங்கட்குட்படும் வேளைகளில் எல்லாம் புட்டிப்பாலை சுவைக்கப் பெரிதும் விரும்புகின்றன. வலுக்கட்டாயமாகப் பால் புகட்டுவதனை நிறுத்திவிடும் வேளைகளிலும், பாதுகாப்பற்ற உணர்வு மிகுந்த வேளைகளிலும் பால் புட்டியினைச் சுவைப்பதற் கான தேவை நீடிக்கத் தொடங்குகிறது. ஒன்றரை ஆண்டிலிருந்து

இரண்டு ஆண்டுகள் அளவில் குழந்தை தானுக உணவினை உட்கொள்ள முயல்கின்றது. இவ் வேளைகளில் அதனுல் உணவுப் பண்டங்கள் இரைந்து வீணுகின்றன. இதனுல் பெற்ருேர் சீற்றம் கொள்கின்றனர். ஒருசில பெற்ருேர் தொடர்ந்து அடிக்கடி குழந்தையின் உண்ணும் முறையைத் திருத்த முயல்கின்றனர். அடிக்கடி பெற்ருேரால் திருத்தப்பெறும் குழந்தை தன் காப் புணர்ச்சியையும் நிறைவுடைமை எண்ணத்தையும் இழக்கிறது. எனவே, குழந்தையினை நேரடியாகத் திருத்த முயலுதல் இப் பருவத்தில் குழந்தையிடமும் அதன் பெற்ருேரிடமும் பல பிரச்சினை களைத் தோற்றுவிக்கவே வழிகோலுகிறது. உண்ணும்போது கடைப் பிடிக்க வேண்டிய நாகரிகங்களைக் குழந்தை காலப்போக்கில் தன் பெற்ருேரைப் பின்பற்றிக் கற்றுக்கொள்ளும்.

சில குழந்தைகள் உணவு நேரங்களுக்கு இடையிடையே பல தடவைகள் பல தின்பண்டங்களை விரும்பித் தின்றவண்ணம் இருக் கின்றன. இவர்கள் மிட்டாய்கள், கேக்குகள், ஐஸ்கிரீம் போன்ற பலவற்றையும் நாடித் தின்றவண்ணம் இருக்கின்றனர். இவர்கள் இவ்வாறு தின்பண்டங்களைத் தின்றவாறு இருப்பதாலேயே இவர் களால் சரியான வேளைகளில் போதிய அளவு உண்ண முடிவதில்லை என்று பெற்ருேர்கள் எண்ணுகிருர்கள். பல வேளைகளில் இவ்வாறு தின்பண்டங்களைத் தின்றவாறு இருத்தல் காப்புணர்ச்சியின்மை யின் அடிப்படையில் ஏற்படுவதும் உண்டு. காப்புணர்வின்மை பசியின்மையை ஏற்படுத்துவதுபோன்றே அதிகமாக உண்ணலையும் (over eating) குழந்தையிடம் ஏற்படுத்துவதுண்டு.

காப்பின்மையுணர்வு உணவினை மட்டுமன்றிக் குழந்தையின் உறக்கத்தையும் பெரிதும் பாதிக்கின்றது. காப்புணர்வற்ற குழந்தைகள் சரிவரத் தூங்க முடிவதில்லை. இவைகள் இரவில் அடிக்கடி விழித்தெழுகின்றன. இவற்றிற்கு அச்சுறுத்தும் கனவு கள் அடிக்கடி தோன்றுகின்றன. பெற்ருேர் இக் குழந்தைகளிடம் காப்புணர்ச்சியையும் ‘ தன்னைப் பெற்ருேர் விரும்புகின்றனர் ’ என்ற உணர்வையும் ஏற்படுத்திஞல், இத்தகைய உறக்கம்பற்றிய பிரச்சினைகள் எளிதில் தீர்க்கப்பட்டுவிடும்.

ஆரோக்கிய முறை பயிற்சியும் உளநலப் பிரச்சினைகளும்

குழந்தையிடம் ஆரோக்கிய முறைகளில் பயிற்சியளிக்கும் வேளைகளில் பல உளவியற் பிரச்சினைகள் தோன்றுதல் உண்டு. குறிப்பாக, குழந்தை உரிய இடத்தில் உரிய காலங்களில் உரிய முறைப்படி மலம் கழித்தல், சிறுநீர் கழித்தல் ஆகியவற்றிற்காகப் பயிற்றுவிக்கப்படும்போது இத்தகைய பயிற்சியைச் சார்ந்த பிரச் சினைகள் ஏற்படுகின்றன. ஒருசில பெற்ருேர் ஆறு மாதங்களிலேயே

இப் பயிற்சிகளைத் தொடங்கிவிடுகின்றனர். குழந்தைகள் இப் பயிற்சிகளைப் பின்பற்ற இயலாத நிலையில் பெற்றோரால் கண்டிக்கப் படுகின்றன; பெற்றோர் இக் குழந்தைகளை ஏசுகின்றனர். இத்தகைய நேரங்களில் குழந்தையின் காப்புணர்ச்சி பெரிதும் பாதிக்கப்படு கின்றது. உண்மையில் குழந்தைகள் தங்கள் கழிவு உறுப்புகளின் இயக்கத்தில் மிகவும் அக்கறை காட்டுகின்றனர். எனவே, இவ்வியக் கங்களைக் கட்டுப்படுத்துவதில் இவர்கள் பெரும் அக்கறை காட்டு கின்றனர். இவ் உண்மையினை உணராத பெற்றோர் குழந்தையைக் கடிந்துகொள்கின்றனர்; தண்டிக்கின்றனர். இவ்வாறு பெற்றோ ரால் ஒறுக்கப்படும் குழந்தையிடம் மலச்சிக்கல், வயிற்றுப்போக்குப் போன்ற தொந்தரவுகள் அதிகமாகக் காணப்படுகின்றன. மேலும், பெற்றோர் சொற்படி நடத்தல் கூடாது என்ற ஆக்கிர மிப்பு நோக்கும் (negativism) குழந்தையிடம் ஏற்படுகிறது. பெற்றோர்கள் அதிகமாகத் தலையிட்டுப் பயிற்சியளிக்க முற்படாத வேளைகளில் குழந்தை தானாக இரண்டரை அல்லது மூன்று ஆண்டு களுக்குள் இத்தகைய நியதிகளை நன்கு தானாகப் பெற்றோரைப் பின்பற்றிக் கொள்கிறது. இவ்வாறு குழந்தை தானாகக் கற்காத வேளைகளில் அதன் உளவியல் தேவைகள் அனைத்தும் பெற்றோரால் நன்கு நிறைவேற்றப்படுகின்றனவா என்று காண்பது அவசியம். பெற்றோரால் விரும்பி அன்பு செலுத்தப்படும் குழந்தைகள் தாமாக இப் பழக்கங்களைக் கற்றுக்கொள்கின்றன.

சிறுநீர் கழித்தல்

பெரும்பாலும் குழந்தைகள் தங்களையும் அறியாமல் சிறுநீர் கழித்துவிடுகின்றன. ஆனால், முதல் 2½ ஆண்டுகளுக்கே இவ்வாறு தங்களையும் அறியாது பகல் நேரத்தில் சிறுநீர் கழிக்கின்றன. 2½ வயதிலிருந்து பள்ளி செல்லும்வரைகூட இத்தகைய நிலை சில குழந்தைகளிடம் நீடிப்பதுண்டு. சாதாரணமாக 4 வயதளவில் குழந்தைகள் இரவில் படுக்கையில் சிறுநீர் கழிப்பதனை விட்டுவிடு கின்றன. மன எழுச்சிக் கோளாறுகள் கொண்ட குழந்தைகளோ இவ் வயதிற்கு மேலும் தொடர்ந்து இந் நிலையினை நீடிப்பதுண்டு. சில 13 வயதுவரைகூட நீடிப்பதுண்டு. இவ்வாறு சிறுநீர் கழிப்பது குழந்தையிடமும் பெற்றோரிடமும் பல பிரச்சினைகளைத் தோற்றுவிக் கின்றன. இருவருமே இதுகுறித்து அவமானமும் வருத்தமும் அடைவது உண்டு. இவ் வேளைகளில் இக் குழந்தைகளைத் திட்டு வதனாலோ அடிப்பதனாலோ இப் பழக்கம் நின்றுவிடாது. சிறுநீர் கழித்தல், குழந்தையிடம் காப்புணர்ச்சியும் தான் பயனுள்ளவன் என்ற எண்ணமும் இல்லாததையே எடுத்துக்காட்டுகின்றன. பெற்றோர் மிகவும் பொறுமையாகக் குழந்தையிடம் காப்புணர் வைத் தோற்றுவிக்கப் பாடுபடுதல் மிகவும் முக்கியம்.

காப்பின்மை உணர்வு கொண்ட குழந்தைகளில் சில எப்போதும் தொடர்ந்து அழுதவாறே இருத்தல் உண்டு. இத்தகைய குழந்தைகளைத் திட்டுவதனாலும் தண்டிப்பதனாலும் பிரச்சினைகள் அதிகரிக்கின்றனவேயன்றி எவ்விதப் பயனும் உண்டாவதில்லை. மனவெழுச்சிக் குமுறல்கள் பல குழந்தைகளிடம் இருப்பதனையே அவ்வாறான நீடித்த அழுகை எடுத்துக் காட்டுகிறது. இத்தகைய குழந்தைகளிடம் பெற்றோர் பொறுமையுடன் அன்பு காட்ட முயலவேண்டும். அவை மன விறைப்புத் தளரும்வரை தானாக அழுது ஓய அனுமதித்தல் வேண்டும். அன்றியும் குழந்தையின் மன விறைப்புகளுக்கும் குழப்பங்களுக்கும் காரணம் என்னவென்று கண்டறிதலே பெரிதும் உதவி செய்யும். இத்தகைய பிரச்சினைகளை உளவியல் முறையிலேயே அணுக வேண்டும்.

விரல் சூப்புதல்

ஒருசில குழந்தைகள் தங்கள் கட்டை விரலைச் சூப்பிய வண்ணம் இருக்கின்றனர். இதுவும் மனவெழுச்சியின் அடிப்படையில் உண்டாகும் பிரச்சினையே. இதற்குப் பல காரணங்கள் உண்டு. சிறு குழந்தைப் பருவத்தில் போதிய அளவு மனநிறைவுடன் சப்புவதற்கான வாய்ப்பில்லாமற் போகும்போது இத்தகைய பழக்கம் தோன்றுதல் உண்டு. போதிய அளவு உணவு பெறாத நிலையிலும் கட்டைவிரலைச் சூப்புதல் ஏற்படுகிறது. உணவினைத் திடீரென்று நிறுத்துவதனாலும் இப் பழக்கம் ஏற்படுவதுண்டு. திடீரென்று பால் ஊட்டுவதனை நிறுத்திவிடுதலின் அடிப்படையிலும் இப் பிரச்சினை ஏற்படுவதுண்டு. இத்தகைய வேளைகளிலெல்லாம் குழந்தைக்குப் போதிய அளவு உணவளிப்பதுடன் நீண்ட காலத்திற்குச் சப்புவதற்கான வாய்ப்பினை அளிக்கவேண்டும். பிறகு கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் பால் ஊட்டுவதனை நிறுத்திவிடுதல் வேண்டும். பெற்றோர் தலையிடாத நிலையில் இப் பழக்கம் 4 வயதில் மறைந்துவிடுவதுண்டு. ஆனால், இப் பழக்கத்தை மாற்றுவதற்காகப் பெற்றோர் மேற்கொள்ளும் பல தவறான முயற்சிகளும் இப்பிரச்சினையை இன்னமும் அதிகரிக்கவே செய்கின்றன. பள்ளியை அடையும் வயதளவில் இப் பழக்கம் காணப்படின், இந்நிலை குழந்தையின் மனவெழுச்சிக் கோளாறுகளையே எடுத்துக்காட்டுகிறது. தனது மன விறைப்பைக் குறைத்துக்கொள்ள ஓர் வழியாக இப் பழக்கம் கையாளப்படுவதுண்டு. பல வேளைகளில் பிறரது கவனத்தைக் கவர்வதற்கான வழியாகவும் இப் பழக்கம் மேற்கொள்ளப்படுவதுண்டு. இப் பழக்கம் 6 வயதிற்குள் அதாவது நிரந்தரமான பற்கள் முளைப்பதற்கு முன்பே நின்றுவிடுமாயின், இதனால் பல் வரிசைகளோ ஈறோ சிறிதும் பாதிக்கப்படுவதில்லை.

இப் பழக்கம் முற்றிய நிலையில் காப்பின்மை உணர்வையும் தான் நிறைவற்றவன் என்ற எண்ணத்தையும் சுட்டுவதாகவே காணப் படுகிறது. பெற்றோர் இத்தகைய குழந்தைகளைத் திட்டுவதாலும் தண்டிப்பதாலும் சிறிதும் பயன் ஏற்படுவதில்லை. குழந்தையின் அடிப்படை உளவியல் தேவைகளை அறிந்து நிறைவேற்ற முயலு தலே இப் பிரச்சினையைத் தீர்ப்பதற்கான ஒரே வழி.

நகம் கடித்தல்

விரல் சூப்புதலைப் போன்றே நகங் கடித்தலும் குழந்தைப் பருவத்தில் ஏற்படும் ஒரு பிரச்சினையாகும். இப் பழக்கமும் குழந்தையிடம் காணப்படும் மனவெழுச்சிக் கோளாறினையே அடிப்படையாகக் கொண்டிருக்கிறது. பெரும்பாலும் பெற்றோ ரிடையே நிலவும் சச்சரவு, ஒழுங்கு விதிகளைக் கற்பிக்கத் தவறான வழிகளைக் கையாளுதல், குழந்தையை வெறுக்கும் தன்மை இன்ன பிற காரணங்களினால் குழந்தையிடம் நகம் கடித்தல் பழக்கம் ஏற்படுகிறது. இதுபோன்ற வேளைகளில் குழந்தையைத் திட்டுத லாலோ அச்சுறுத்தலாலோ குறை கூறுதலாலோ எவ்விதப் பயனும் ஏற்படுவதில்லை; மாறாக, குழந்தையிடம் ஏற்கெனவே காணப்பெறும் காப்புணர்ச்சியின்மையும் உள விறைப்புமே அதிகப் படுகின்றன. குழந்தையிடம் இவ்வாறு நகம் கடிப்பதற்கான அடிப்படையான உளவியற் காரணங்களை ஆராய்ந்து அகற்றுவதே இப்பழக்கத்தைக் களைவதற்கான ஒரே வழி. விளையாட்டு, சமூக நிகழ்ச்சிகளில் கலந்து கொள்ளுதல் போன்ற முறைகளில் குழந் தையை ஊக்குவிப்பதனால் குழந்தையின் உள விறைப்புகள் தளர வாய்ப்பேற்படுகிறது. குழந்தைக்குச் சூயிங்கம் (chewing-gum), ஜவ்வு, திராட்சை, ஆப்பிள் இவை போன்று அசைபோடக்கூடிய தின்பண்டங்களை அளிப்பதன் மூலமும் நகங்கடித்தல் பழக்கத்தினை மாற்றிவிட இயலும்; இருப்பினும், குழந்தையின் உள விறைப்பு கள் முற்றிலும் தளர்ந்தாலன்றி இப் பழக்கம் அதனை விட்டு அகலுவ தென்பது அரிதே.

முரண்டு பிடித்தல்

சில சிறுவர்கள் தரையில் வீழ்ந்து கையையும் காலையும் உதைத்துக்கொண்டு சத்தம் போட்டுக்கொண்டு முரண்டு பிடித் தலைக் காணலாம். இத்தகைய முரண்டு பிடித்தல் (temper tantrum), உள விறைப்பும் (tension) சினமும் இணைந்து குமுறி எழும் நிலையையே குறிக்கின்றது. பொதுவாக ஒரு வயதிலிருந்து மூன்று வயதிற்குட்பட்ட குழந்தைகள் அனைத்துமே எப்போதா வது முரண்டு பிடிப்பது இயற்கையே. குழந்தை மிகவும் வயது குறைந்ததாக இருக்கும் வேளைகளில் முரண்டு பிடித்தல் சாதாரண நடத்தையாகவே அமைகிறது. இச் சிறுவயதில் அதனால் மன

முறிவைத் தாங்கிக்கொள்ள இயலுவதில்லை; அதற்கான முதிர்ச்சியும் அதனிடம் காணப்படுவதில்லை. ஆனால், இதே வகையான முரண்டு பிடித்தல் நாள் முழுதும் ஒரு குழந்தையிடம் காணப்படும்போது இது சாதாரண நடத்தையாக இருப்பதில்லை; தவறான மன எழுச்சிப் பொருத்தப்பாட்டினைச் சுட்டுவதாகவே அமைகிறது. முரண்டு பிடித்தல் பல காரணங்களின் அடிப்படையில் ஏற்படுவதுண்டு. சில சமயங்களில் சுகவீனம், உறக்கமின்மை, களைப்புப் போன்றவற்றின் காரணமாகவும் குழந்தை முரண்டு பிடிக்கிறது. ஆனால், இத்தகைய முரண்டு பிடித்தலுக்கான முதன்மையான காரணம் மன எழுச்சிக் காப்பின்மையேயாகும். வீட்டில் நிலவும் முனைப்புமிக்க சூழ்நிலை, மிக அதிகமாகக் குழந்தையிடமிருந்து எதிர்பார்ப்பது, பாரபட்சம் (partiality), பெற்றோர் போதிய அளவு கவனம் செலுத்தாமை போன்றவையே முரண்டுபிடித்தலுக்கான முக்கியக் காரணங்கள் ஆகும். சில வேளைகளில் தான் விரும்புகின்ற சிலவற்றைப் பெறுவதற்கு அல்லது கவனத்தைக் கவருவதற்குக் குழந்தை முரண்டு பிடிக்கிறது. இவ்வாறு முரண்டு பிடித்தல் கவனத்தைப் பெறுவதற்கான முயற்சியாக அமையும் வேளைகளில் பெற்றோர் இதற்கு இடம் கொடுத்தல் கூடாது; முரண்டு பிடிக்கும் வேளைகளில் அக் குழந்தையைக் கவனியாது புறக்கணித்துவிடவேண்டும். ஆனால், பிற சாதாரண வேளைகளில் அதனிடம் அதிக அக்கறையும் அன்பும் காட்டுதல் வேண்டும். முரண்டு பிடிப்பதால் பெற்றோரின் கவனத்தைக் கவர்ந்துவிட முடியும், வேண்டியதைப் பெறமுடியும் என்ற தவறான எண்ணமும் நம்பிக்கையும் குழந்தையிடம் ஏற்பட்டுவிடாமலிருக்குமாறு பெற்றோர் பெருமுயற்சி எடுத்துப் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். ஆனால், குழந்தை கவனத்தைப் பெறவே இவ்வாறு முரண்டு பிடிக்கிறது என்று திட்டவட்டமாகத் தெரிகின்ற வேளைகளிலேயே பெற்றோர் புறக்கணிப்பைக் கையாளவேண்டும். முரண்டு பிடிக்கும் குழந்தையிடம் வாதிடுவதனாலோ, அதனை அடிப்பதனாலோ, திட்டுவதனாலோ எவ்வித நன்மையும் ஏற்படுவதில்லை; இதனால் மன எழுச்சிக் கோளாறே உண்டாகின்றது. பொதுவாக முரண்டு பிடிக்கும் குழந்தையைக் கீழ்க்கண்ட வழிகளில் சமாளித்தல் கூடும்: (1) அமைதியாக இருத்தல்; (2) முரண்டு பிடித்தலைப் புறக்கணித்தல்; (3) ஆறுதல் கூறல்; (4) அதன் கவனத்தைத் திருப்புதல்; (5) அதனிடமிருந்து அகன்றுவிடுதல்; (6) அது தன் அச்சத்தை எவ்விதத் தடையுமின்றி வெளியிட அனுமதித்தல்.

ஆக்கிரமிப்புத் தன்மை

முரண்டு பிடித்தலைப்போன்றே ஆக்கிரமிப்புத் தன்மைகளும் குழந்தைப் பருவப் பிரச்சினைகளில் ஒன்றாக அமைதல் உண்டு.

தாக்குதல், உதைத்தல், குட்டுதல், கிள்ளுதல், கடித்தல், துப்புதல், பொருள்களை வீசியெறிதல், திட்டுதல் போன்ற நடத்தைகளையே ஆக்கிரமிப்பு நடத்தை என்கிறோம். இத்தகைய நடத்தை மிக அதிகமாக ஓர் குழந்தையிடம் காணப்படும் நிலையில் அதன் மன எழுச்சி உளப் போராட்டங்களையும், மன முறிவுகளையும் எடுத்துக் காட்டுவதாகவே அமைகிறது. இத்தகைய நடத்தைக்கும் காப்பின்மையுணர்வு, தான் நிறைவற்றவன் என்ற எண்ணம் அல்லது குற்றம் செய்துவிட்டோம் என்ற உணர்வு ஆகியவையே காரணங்களாக அமைகின்றன. இத்தகைய வேளைகளில் பகைமை உணர்ச்சியைக் குழந்தை கட்டுப்படுத்திக்கொள்ளவேண்டும் என்று கட்டாயப்படுத்தாது அதன் மன எழுச்சியைத் தீங்கற்ற வழிகளில் வெளியிட்டுத் தீர்த்துக்கொள்ள உதவுதலே சிறந்தது. பகைமையுணர்வை முழுவதாக வெளியிட்டுத் தணித்துக்கொண்ட நிலையில், அன்பும் மற்ற நல்ல விரும்பத்தக்க மன எழுச்சிகளும் தாமாகத் தோன்றுதல் இயற்கை.

குழந்தைகளது பிரச்சினைபற்றிய ஆய்வு முடிவுகள்

சென்னைப் பல்கலைக் கழக உளவியல் ஆய்வுத் துறையில் குழந்தைகளது நடத்தைப் பிரச்சினைபற்றி ராஜலட்சுமி வர்மா ஆராய்ந்திருக்கிறார். மூன்று முதல் எட்டு வயதுவரை உள்ள குழந்தைகளை அவர் ஆராய்ந்து பல முடிவுகளை அளித்திருக்கிறார்.

பொதுவாக வயது அதிகரிக்க அதிகரிக்கக் குழந்தைகளிடம் காணப்படும் நடத்தைப் பிரச்சினைகள் குறையத் தொடங்குகின்றன. குறிப்பாக, உறங்குதல் உண்ணுதல் தொல்லைகள், பழக்கக் கோளாறுகள், ஆக்கிரமிப்புத் தன்மை, இளங் குற்றத்தைச் (juvenile delinquency) சார்ந்த நடத்தைகள் ஆகியவை வயது ஆக ஆகக் குறைய முற்படுகின்றன. ஆனால், சமூக நடத்தையில் ஏற்படும் தொல்லைகளோ இவ்வாறு வயது அதிகரிப்பதனுடன் குறையத் தொடங்குவதில்லை ; 'போதுமை' (adequacy), இணங்காதிருத்தல் (non-conformity) ஆகியவையும் இவ்வாறே மாறுது இருக்கின்றன. மூன்று-நான்கு வயதளவில் 'போதுமை' எண்ணம் பற்றிய பிரச்சினைகளே மேலிட்டு நிற்கின்றன. 5, 6, 8 வயது நிலைகளில் பழக்கக் கோளாறுகளே ஓங்கி நிற்கின்றன.

மேலும், சிறுமியரைவிடச் சிறுவர்களிடையேதான் நடத்தைப் பிரச்சினைகள் பெரிதும் காணப்படுகின்றன. குறிப்பாக ஆக்கிரமிப்பு, இணங்காதிருத்தல், இளங் குற்றச் சார்புடைய நடத்தை ஆகிய பிரச்சினைகள் சிறுவர்களிடையே அதிகமாகக் காணப்படுகின்றன. ஆனால், உறக்கத் தொல்லைகளைப் பொறுத்தவரை

பெண்களிடமே அவை அதிகமாகக் காணப்படுகின்றன. உண்ணுதல் தொல்லைகள், பழக்கக் கோளாறுகள், பற்றுக்குறையானவன் என்ற எண்ணம், சமூகத் தொல்லைகள் ஆகியவற்றைப் பொறுத்த வரை இவையனைத்தும் இருபாலரிடையேயும் ஒரேமாதிரியாகவே காணப்படுகின்றன. 5, 6 வயதளவிலேயே பொதுவாகச் சிறுவருக்கும் சிறுமியருக்கும் பொதுவான பிரச்சினைகளின் அளவு வேறுபடுகிறது. வயது அளவில் சிறுமியர் சிறுவரைக் காட்டிலும் அதிகப் பிரச்சினைகள் கொண்டவர்களாகக் காணப்படுகின்றனர். 3, 4 வயதளவிலும் 7, 8 வயதளவிலும் சிறுவரைக் காட்டிலும் சிறுமியர் அதிகமாக உறங்குவதில் பிரச்சினைகள் உள்ளவர்களாகக் காணப்படுகின்றனர். 3, 4 வயதளவில் இவர்களிடையே பழக்கக் கோளாறுகளும் அதிகமாகக் காணப்படுகின்றன; 'போதுமை உணர்வு'ப் பிரச்சினை இவர்களிடம் 7, 8 வயதடையும் நிலையில் மிகுதியாகிறது. 3, 4, 5, 6 வயதளவிலும் 5, 6, 7, 8 வயதளவிலும் சிறுவர்கள் சிறுமியரைக் காட்டிலும் அதிக ஆக்கிர மிப்புக் கொண்டவர்களாக இருக்கின்றனர்; 5, 6, 7, 8 வயதளவில் இணங்காதிருத்தலும், 5, 6 வயதளவில் இளங் குற்றத் தன்மையும் சிறுவரிடையே மிகுந்து காணப்படுகின்றன. சமூக நடத்தை யினையும், உணவு உண்பதில் காணப்படும் பிரச்சினைகளையும் பொறுத்தவரை இருபாலரும் எந்த வயதளவிலும் குறிப்பிடும் படியாக வேறுபடுவதில்லை.

மேலே விவரித்த ஆய்வில் இன்னமும் பல முக்கியமான முடிவுகள் வெளியாயின. நடுத்தரக் குடும்பத்தைச் சேர்ந்த குழந்தைகள் உயர்தர, கீழ்த்தரக் குடும்பக் குழந்தைகளைக் காட்டிலும் அதிகப் பிரச்சினைகள் கொண்டவையாக இருக்கின்றன; பழக்கக் கோளாறுகள், ஆக்கிரமிப்புத்தன்மை, இணங்காதிருத்தல் போன்றவைகளில் நடுத்தரக் குடும்பக் குழந்தைகள் அதிகப் பிரச்சினைகள் கொண்டவையாக இருக்கின்றன. உறங்குதல் பிரச்சினைகள் கீழ்நிலைச் சமூகப் பொருளாதாரக் குழந்தை களிடையே இருப்பதைவிட நடுத்தரக் குடும்பக் குழந்தை களிடையேயே அதிகமாகக் காணப்படுகின்றன. அதேபோல் இளங் குற்ற நடத்தையும் நடுத்தரக் குழந்தைகளிடையே, மேநிலைப் பொருளாதாரக் குடும்பக் குழந்தைகளிடையே இருப் பதைவிட அதிகமாகக் காணப்படுகின்றன. ஆனால், உண்ணுதல் பிரச்சினைகளோ நடுத்தரக் குடும்பக் குழந்தைகளிடையே காணப் படுவதைவிடக் கீழ்நிலைக் குடும்பக் குழந்தைகளிடையேயே பெரிதும் காணப்படுகின்றன. 'போதுமை எண்ணத்தைப்' பொறுத்தவரை ஏனைய குழந்தைகளைவிட மேநிலைப் பொருளாதாரக் குழந்தை களே அதிக அளவு பிரச்சினைகள் கொண்டிருக்கின்றனர்.

ராஜலட்சுமியின் ஆய்வில் மற்றும் பல முடிவுகள் வெளி யாயின. சாதாரணப் பெற்றோரது குழந்தைகளிடம் இருப்பதைக் காட்டிலும் பட்டதாரிப் பெற்றோரது குழந்தைகளிடம் அதிக அளவில் உணவு உண்பதில் தொல்லைகளும், பழக்கக் கோளாறு களும் காணப்படுவதனை ராஜலட்சுமி வர்மாவின் ஆய்வு எடுத்துக் காட்டுகிறது. ஆனால், முதல் குழுவினரது குழந்தைகள், பின்ன வரது குழந்தைகளைக் காட்டிலும் அதிகமாகப் 'போதுமை உணர்வு' பற்றிய பிரச்சினைகள் கொண்டிருக்கின்றன.

பெற்றோரை இழந்த குழந்தைகள் பிற குழந்தைகளைக் காட்டி லும் அதிக அளவு பிரச்சினைகள் கொண்டிருக்கின்றன; குறிப்பாக உணவு உண்ணல், உறங்குதல், ஆக்கிரமிப்புத்தன்மை, இணங்கா திருத்தல், இளங் குற்றங்கள் போன்ற பிரச்சினைகள் இவ்வாறு பெற்றோரை இழந்த குழந்தைகளிடையே காணப்படுகின்றன. வர்மாவின் இவ்வாய்வு முடிவு சென்னைப் பல்கலைக் கழகத்தில் அமிர்தா பெசந்த் நடத்திய ஓர் ஆய்வின் முடிவிற்கு ஒத்ததாகக் காணப்படுகிறது. அமிர்தா பெசந்த் அனாதைச் சிறுவர்களையும் சாதாரணச் சிறுவர்களையும் ஒப்பிட்டு அவர்களது ஆளுமையில் வேறுபாடுகள் உள்ளனவா என்று கண்டறிந்திருக்கிறார். 'அனாதை அல்லாத சிறுவர்கள் மன எழுச்சிநிலை வன்மை பெற்றோ ராகவும், நல்ல சமூகத்தன்மை கொண்டோராகவும், அமைதி யானவர்களாகவும், விறுவிறுப்பு மிக்கவர்களாகவும், அக்கறை கொண்டவர்களாகவும் இருக்கின்றனர்; ஆனால், அனாதைச் சிறுவர் கள் இவ்வாறு இருப்பதில்லை'. 'அனாதைச் சிறுவர்களும், ஓரளவு அனாதையாக இருப்போரும் எளிதில் உணர்ச்சிவயப்படுகின்றனர்' என்றும், 'எளிதில் கிலியுணர்வு கொள்ளக் கூடியவர்களாய் இருக் கின்றனர்' என்றும் அமிர்தா பெசந்த் தன் ஆய்வில் கண்டு வெளி யிட்டிருக்கிறார்.

பெற்றோர் குழந்தை உறவு முறைகள் (Parent-child relationships)

வளரும் குழந்தையின் ஆளுமை வளர்ச்சியில் முக்கிய பங்கு பெறும் காரணியாக அமைவது பெற்றோர் குழந்தை உறவு முறை யாகும். உளவியலர்கள் இவ் உறவிற்கு அதிக அளவு முக்கியத் துவம் அளிக்கின்றனர். இவ் உறவு உளவியல் நியதிகளின் அடிப் படையில் உரிய முறையில் அமையின் குழந்தை வாழ்நாள் முழுவதும் உளநலம் பெற்றுத் திகழ வாய்ப்பு அதிகரிக்கிறது. ஆனால், இத்தகைய உளவியல் நியதிகள் புறக்கணிக்கப்படும் வேளை களில் குழந்தை வாழ்நாள் முழுவதும் உளநலம் குன்றியதாக வருந்தவேண்டிய நிலை ஏற்படுவதுண்டு.

குழந்தைகளைப் பெறுவதற்கான நோக்கத்திலும் அவற்றி னின்று மன நிறைவு பெறுவதிலும் பெற்றோர்களுக்கிடையே பெரும் வேறுபாடு காணப்படுகிறது என்று ஆராய்ச்சிகள் எடுத்துக்காட்டியுள்ளன. பெற்றோர்களுக்கும் அவர்களது குழந்தைகட்கும் இடையே நிலவும் உளவியலடிப்படையிலான உறவினையே இங்கு நாம் பெற்றோர்-குழந்தை உறவு முறை என்று குறிப்பிடுகிறோம். இத்தகைய உறவு முறைகள் 19 வகைகளில் அமைவதாக உளவியலறிஞர்கள் கண்டுள்ளனர். இந்த 19 வகை யான உறவு முறைகளையும் நான்கு பிரிவுகளாகப் பிரிக்க இயலும்.

(1) புறக்கணித்தல் (Rejection)

(2) மிகையாகப் பாதுகாத்தல் (Over protection)

(3) ஆதிக்கம் செலுத்தலும் அதிகமாகக் கட்டுப்படுத்தலும் (Domination and over protection)

(4) அடிப்படிதல், செல்லம் கொடுத்தல் (Submissiveness and indulgence)

இவ் வகை உறவு முறைகள் சில வேளைகளில் கலந்து காணப்படு வதும் உண்டு. சான்றாக ஒரே குழந்தை புறக்கணித்தலுக்கும் ஆதிக்கத்திற்கும் ஆளாகலாம்; அல்லது ஆதிக்கத்திற்கும் மிகைப் பாதுகாப்பிற்கும் உள்ளாகலாம். குழந்தையின் எதிர்வினைகள் (reactions) அவை பெற்றோருடன் கொண்ட உறவு முறையைச் சார்ந்தே அமைகின்றன.

புறக்கணிக்கப்படும் குழந்தைகள்

குழந்தைகள் வேண்டுமென ஏங்கும் பெற்றோர்களுக்குக் குழந்தையே பிறக்காமல் இருப்பதும் குழந்தையே கூடாது என வெறுப்போர்க்கு அதிகமாகக் குழந்தைகள் பிறப்பதும் நாம் வாழ்வில் காணும் புதிர். நம் இல்லங்களில் உள்ள குழந்தை களில் நான்கில் ஒரு பங்கினர் புறக்கணிக்கப்பட்டவர்களாக இருக் கின்றனர் என்று பொதுவாக உளவியலறிஞர்களால் நம்பப் படுகிறது.

பெற்றோர் தங்கள் குழந்தைகளை வெளிப்படையாக வெறுக்க வேண்டுமென்று கருதாமலேயே தம்மையும் அறியாமலே வெறுக்க லாம். குழந்தைகளைச் சாலையோரங்களில் விட்டுச் செல்லுதல், அடித்தல், சங்கிலியால் பிணைத்தல், பட்டினியிடல் அல்லது விடுதி களில் சேர்த்தல் போன்றவற்றை வெளிப்படையான புறக்கணிப் பிற்குச் சான்றுகளாகக் கூறலாம். விடுதியுடன் கூடிய பள்ளிகள்,

'சைனிக்' பள்ளிகள் போன்றவற்றிற்கு அனுப்புதல் (இப் பள்ளி களில் இருக்கும் குழந்தைகள் எப்போதாவது ஒரு முறையே வீட்டிற்குச் செல்ல அனுமதிக்கப்படுவர்), குழந்தைகளை விட்டு விட்டு உல்லாசப் பயணம் செல்லுதல், 'உன் தொல்லை பொறுக்க முடியவில்லை, நாம் ஒருவரை ஒருவர் சற்றுப் பிரிந்திருப்பது நல்லது' என்று குழந்தைகளிடம் கூறுதல், வேலையாட்கள் தாதி கள் அல்லது உறவினரிடம் குழந்தைகளை வளர்ப்பதற்கு விடுதல் ஆகியவை நனவிலி (unconscious) நிலையில் தம்மையும் அறியாமல் குழந்தைகளைப் புறக்கணிப்பதற்குச் சான்றுகளாக அமைகின்றன. இவற்றின் விளைவாகக் குழந்தைகள் தாம் பெறுவதற்கு ஏங்கும் அன்பினைத் தவிர ஏனைய அனைத்தையும் பெறுகின்றன.

இவ்வாறான புறக்கணிப்புவகை யமைப்பிற்கு ஏற்ப, அமைதி யான முறையிலோ (passive) அன்றி ஆக்கிரமிப்பு முறையிலோ (aggressive) குழந்தைகள் எதிர்வினை செய்கின்றன. அமைதியான குழந்தைகள் தாம் புறக்கணிக்கப்படுவதனை எதிர்ப்பதால் தங்களுக்கு எவ்வித நன்மையும் விளைவது இல்லை என்று கற்றுக் கொள்கின்றன. தம்மால் எப் பயனும் இல்லை என்று இக் குழந் தைகள் எண்ணுகின்றன. தோல்வி உணர்வுகளும் குற்ற உணர்வு களும் கொண்டு தங்கள் புறக்கணிப்பை அவ்வாறே ஏற்றுக்கொள் கின்றன. தங்கள் பெற்றோர்களின் நடவடிக்கைகளுக்காக இவை தங்களைத் தாமே நொந்து கொள்கின்றன. இத்தகைய உள நோக் குகள் கொண்டிருப்பதால் இவை தண்டனையையும், தூற்று வதையும் விரும்பி வரவேற்கின்றன. ஏனெனில், புறக்கணிக்கப் படுவதைவிடத் துன்புறுதல் சிறந்தது என்று இக் குழந்தைகள் உணர்கின்றன. புறக்கணிக்கப்படும் குழந்தைகள் சில தங்கள் பெற்றோரிடம் வெறுப்பும், பகைமையும் கொள்கின்றன. அவர் களது ஆக்கிரமிப்பு நடத்தையே கவனத்தைக் கவரும் வழியாகும். ஆனால், மாறாக இவர்களது கவனத்தைக் கவருவதற்கான வழி இவர்களை ஏனையோரிடமிருந்து இன்னமும் மிகவும் அதிகமாக விலக்கிவிடவே வழியாக அமைந்துவிடுகிறது.

ஆக்கிரமிப்பு நடத்தையில் புறக்கணிக்கப்படும் சிறுமியரும் சிறுவரும் வேறுபடுகின்றனர். புறக்கணிக்கப்பட்ட சிறுவர்கள் பிறரிடம் பொறாமை, வெறுப்பு, பகைமை ஆகியவற்றைக் கொள் கின்றனர். சிறுமியரோ பாலடிப்படையில் (sexual promiscuity) ஆண்களோடு தொடர்புகொண்டு அன்பைப் பெறுகின்றனர்; அல்லது பெற்றோர்களின்மேல் பகைமையை வெளிப்படுத்து கின்றனர்.

சில வேளைகளில், சில குறியீட்டு (symbolic) வழிகளின்மூலம் புறக்கணிக்கப்பட்ட குழந்தைகள் தங்களது நடத்தைகளை வெளிப்படுத்துதலும் உண்டு. தன் குடும்பத்தின் சமூகப் பொருளாதார நிலைக்கும்மேல் உயர்ந்து விளங்க விரும்பும் குழந்தை பிற்காலத்தில் தனது பெயரை மாற்றிக்கொள்ளலாம் ; அல்லது தனது மதத்தினின்று மாறலாம்; அல்லது பொது இடங்களில் தங்கள் பெற்றோரை எதிரிடும்போது அவர்களைக் கவனியாமல் செல்ல முற்படலாம். சில குழந்தைகள் பெற்றோர்கள் இறப்பதைக்கூட இரகசியமாக விரும்பலாம்.

மிகையாகப் பாதுகாக்கப்பட்ட குழந்தை

மிகையாகப் பாதுகாக்கப்பட்ட குழந்தை தனக்கென்று வலிவு (will) ஏதுமின்றிப் பிறரைச் சார்ந்து இருப்பதாக வளருகிறது. இத்தகைய நிலைகளில் தந்தையைக் காட்டிலும் தாயே பெரிதும் ஈடுபடுகிருள். பொதுவாக மிகையாகப் பாதுகாக்கப்பட்ட குழந்தை பணிவுமிக்கதாகவும், சொல்லும் வேலையையெல்லாம் ஆவலுடன்செய்வதாகவும், சொன்னபடியெல்லாம் கேட்பதாகவும் காணப்படுகிறது. பெரும்பாலோர் 'நல்ல' குழந்தை என்று கூறும் உருவகம் இக் குழந்தையைக் குறிப்பதாகவே இருக்கிறது. இத்தகைய குழந்தைகள் தங்களைவிடக் குறைந்த வயதுடைய குழந்தைகளுடனேயே பெரிதும் காணப்படுகின்றன. இவைகளுக்குப் போட்டி விளையாட்டுகளில் அக்கறை ஏற்படுவதே இல்லை. இவற்றிற்கு எவ்வாறு பிறருடன் நட்புக்கொள்வதென்றே தெரியாது. இவைகள் தனித்திருப்பவையாக, மகிழ்வற்றவையாக, பிறரிடமிருந்து விலகியவையாக வளருகின்றன.

இவற்றினின்று குழந்தைகளுக்குப் பெற்றோரின் பாதுகாப்பே தேவையில்லை என்று கருதுதல்கூடாது. துன்பங்களுக்குள்ளாகும் வேளைகளில் உற்சாகமூட்டுதல், உறுதிகூறல் போன்ற வகைகளில் பெற்றோர்கள் தங்கள் குழந்தைகட்குப் பாதுகாப்பளிப்பது அவசியமே. பெற்றோர் தங்கள் குழந்தைகளின் பெரும்பாலான நடத்தைகளை ஏற்றுக்கொள்ளாமல் இருக்கலாம். ஆனல், அதன் பொருட்டு அவர்களிடம் காட்டும் அன்பினை விட்டுவிடுதல் கூடாது.

ஆதிக்கமும் அதிகக் கட்டுப்படுத்தலும்

பெரும்பாலான இந்திய இல்லங்களில் பெற்றோர் தங்கள் குழந்தைகளை மிரட்டி அவர்களது திறன்களுக்கு அப்பாற்பட்ட வெற்றிகளை அடைய வேண்டுமென வலியுறுத்துவது நாம் அனைவரும் அறிந்த உண்மை. இத்தகைய பெற்றோர்கள் தாங்கள்

செய்வது சரியானது என்றே நம்புகின்றனர். தங்கள் முயற்சிகள் குழந்தைக்கு நல்லதையே செய்யும் என்று கருதியே இவ்வாறு நடந்துகொள்கின்றனர். இவ்வகைப் பெற்றோர் பொதுவாகவே உயர்ந்த தூய்மையினை வலியுறுத்துவோராயும், பேராசைக்காரர் களாகவுமே காணப்படுகின்றனர். தங்கள் குழந்தைகள் மிகமிகத் தூயதாக விளங்கவேண்டும் என்றும், மிகவும் பணிவுடையதாக இருக்க வேண்டுமென்றும் இப் பெற்றோர்கள் விழைகின்றனர். இத்தகைய பெற்றோர் தங்கள் குழந்தைகளின் ஆற்றலைக் கணக்கிடாமல் எப்போதும் வகுப்பில் முதல் மதிப்பெண் (first mark) பெற வேண்டுமென்று வலியுறுத்துகின்றனர். அன்றியும் குழந்தையின் விருப்பத்திற்கும் எதிராகப் பாடல், நடனம் போன்றவற்றைப் பயில வேண்டுமெனக் கட்டாயப் படுத்துகிறார்கள். இதனால் இக் குழந்தைகளுக்கு இயல்பான குழந்தைப் பருவ இன்பங்களே கிட்டாமல் போவதுண்டு.

ஆதிக்கம் மிக்க பெற்றோரின் குழந்தைகள் வெளிப்படையாக எதிர்க்காமல் பணிந்து நடக்கின்றன. பள்ளியில் பெரும் வெற்றி பெறுகின்றனர். தொழிலிலும் இதனால் வெற்றி பெறுவதுண்டு. இருப்பினும் இவர்கள் வாழ்வை அனுபவித்ததே இல்லை. எப்போதும் முனைப்பு மிகுந்தும் கவலைகள் கொண்டும் காணப்படு கின்றனர். வெற்றிக்குமேல் வெற்றி பெறப் பெரிதும் பாடுபடுகின் றனர். இத்தகையோரே பின்னாட்களில் உள-உடற் (Psycho-somatic) கோளாறுகளால் பாதிக்கப்படுகிறார்கள். ஓரளவே திறமைகள் பெற்ற குழந்தைகள் ஆதிக்கம் மிக்க பெற்றோரால் அவற்றின் திறமைக்கும் அதிகமாக வலியுறுத்தப்படும் நிலையில் ஏமாற்றுதல், பொய் கூறுதல் ஆகிய வழிகளில் தங்கள் பெற்றோ ரைத் திருப்தி செய்ய முற்படுகின்றனர். சில குழந்தைகள் திக்குதல், மற்றக் கவலைக்கான அறிகுறிகள் (anxiety symptom) ஆகியவற்றைக் கொள்கின்றனர். வேறு சில குழந்தைகள் குமரப் பருவத்தை அடையும் நிலையில் பெற்றோர்களை நேரடியாக எதிர்க்கத் தொடங்குகின்றனர்.

அடிபணியும் பெற்றோர்

அதிகமாகச் செல்லம் கொடுக்கும் பெற்றோர்களின் குழந்தை கள் தன்முனைப்பு மிக்கவர்களாகவும், ஒழுக்கமற்றவர்களாகவும் (undisciplined), ஆக்கிரமிப்பு மிக்கவர்களாகவும், குழந்தைத்தன மானவர்களாகவும், எதிர்மறைப் போக்குக் (negativistic) கொண்ட வர்களாகவும் வளர்கின்றனர். இக் குழந்தைகள் தாங்கள் விரும்பிய நேரங்களில் விரும்புவனவற்றை எல்லாம் உண்கின்றன. விரும்பும் போது படுக்கைக்குச் செல்வதும், துணிமணிகளைக் கண்ட

இடங்களில் வீசுவதும், தாயைத் திட்டுவதும், மனம்போன போக்கில் நடப்பதும் இத்தகைய குழந்தைகளிடம் காணப்படும் நடத்தைகள் என்பதனை எண்ணற்ற ஆய்வுகள் ஒரேமாதிரி எடுத்துக்காட்டியுள்ளன. இக் குழந்தைகள் தடுக்கப்படும்போது தங்கள் தாய்களை அறைவதும், உமிழ்வதும், வெறிபிடித்தாற் போல் நடப்பதும் இயற்கை. பள்ளியில் இத்தகைய குழந்தைகள் பகட்டாக நடந்துகொள்கின்றனர். பெருமை பீற்றிக் கொள்கின்றனர். இக் குழந்தைகள் பிற்காலங்களில் உரிய வகையில் சமூக இயல்புகளைப் பெறுவதில்லை. பிறரது நன்மைக்காகத் தங்கள் நலன்களை விட்டுக் கொடுக்க இக் குழந்தைகள் என்றுமே கற்பதில்லை.

அதிகமாகப் பாதுகாக்கப்பட்ட குழந்தைகளையும் திருத்துதல் இயலும். அதனைப் புரிந்துகொண்டு கண்டிப்புடன் நடத்துதல் வேண்டும். இக் குழந்தைகளின் சண்டையிடும் பண்பினையும், பீற்றிக்கொள்ளும் பண்பினையும் ஆக்கிரமிப்பு வகையான தலைமையாக மாற்றுதல் இயலும்.

இதுவரை உளநலமற்ற பெற்றோர்-குழந்தை உறவு முறைகளைப்பற்றிக் கூறினோம். இனி உளநல விதிகளின்படி இவ் உறவு முறை எவ்வாறு இருக்கவேண்டும் என்று காண்போம்.

குழந்தைகள் பெற்றோரால் அன்பு செலுத்தப்படவேண்டும், மிகையாகப் பாதுகாக்கப்பட்டவையாக இருத்தல் கூடாது. செல்லம், ஆதிக்கம் போன்ற விரும்பத்தகாத வகையில் பெற்றோர் குழந்தைகளை வளர்த்தல் கூடாது. பெற்றோர் குழந்தைகளை ஏற்றுக்கொள்ளவேண்டும்; குழந்தைகள் தானுகத் தேர்ந்தெடுக்கும் திசையில் வளர்க்கப்படவேண்டும். இல்லம், பசி, தாகம், உறக்கம், விளையாட்டு போன்ற உடல்சார் தேவைகளை நிறைவு செய்வதாக மட்டுமன்றி ஏற்றுக்கொள்ளல் (recognition), சேர்ந்திருத்தல் உணர்வு (belongingness), அன்பு (affection), அடைவு (achievement) போன்ற உளவியற் தேவைகளையும் நிறைவு செய்வதாக அமைதல்வேண்டும். இத்தகைய சூழ்நிலையிலேயே குழந்தை தற்கட்டுப்பாடு (self-control), தன்னைத்தானே நம்பியிருத்தல் (self-reliance), தன்னைத்தானே ஒழுங்குபடுத்தல், பிற்கால வாழ்வில் பயனுள்ளவாறு இருத்தல், சமூகத்தையும் நாட்டையும் மேம்படுத்த ஆக்கநிலையில் செயலுறுதல் ஆகியவற்றைக் கற்றுக் கொள்கிறது.

குழந்தை பிறந்ததிலிருந்து மூன்று அல்லது ஐந்து வயது வரை குடும்பச் சூழ்நிலையில் வாழ்கிறது. பிறகு பள்ளி சேர்ந்து

அச் சூழ்நிலையில் வளர்கிறது; வளர்வதோடு மட்டுமன்றிப் பயிற்சியும் பெறுகிறது. இந்த நிலையில் பள்ளிச் சூழ்நிலை, முக்கியமாக ஆசிரியர்களோடு கொண்டுள்ள தொடர்பு முக்கியமாக அமைகிறது.

ரஷ்மி பட்டேல் 2-லிருந்து 5 வயது வரையுள்ள குழந்தைகளை ஆராய்ந்திருக்கிறார். இவர் சென்னையில் வாழும் பல பெற்றோரை அணுகி குழந்தை வளர்ப்பு முறைகள்பற்றிய விவரங்களைச் சேகரித்தார். இதற்காக இவர் ஓர் கேள்வி நிரலைத் தயாரித்தார். இக் கேள்வி நிரலில் குடும்ப வரலாறு, குடும்பச் சூழ்நிலை, குழந்தையின் உடல் வளர்ச்சி, தினசரி அலுவல்கள், உண்ணல், உறங்கல், சுகாதார நடைமுறைகள், விளையாட்டு ஒழுக்கம், உள வளர்ச்சி, மெய்ப்பாட்டு வளர்ச்சி, சமூக வளர்ச்சி, பெற்றோர் அல்லது பெரியவர்கள்தம் செல்வாக்கு, மதத்தின் செல்வாக்கு ஆகிய பல பிரிவுகள் குறித்தும் வினாக்கள் வினவப்பட்டிருந்தன. இவ் வாய்வில் மொத்தம் 30 குழந்தைகளை இவர் ஆராய்ந்தார்.

ரஷ்மி பட்டேலின் ஆய்வில் பல விறுவிறுப்பான முடிவுகள் கிடைத்தன. தாயின் கிலியுணர்வு காரணமாகக் குழந்தைகளிடம் உணவு உண்பதில் தொல்லைகள் ஏற்படுகின்றன. குறிப்பாக ஒரே குழந்தையாக இருக்கும் குழந்தைகளும் முதலில் பிறந்த குழந்தைகளும் தாய் உணவுபற்றிக் கொண்டுள்ள கிலியுணர்வுபற்றி நன்கு அறிந்துள்ளன. இவ்வாறான குழந்தைகள் உணவு கொள்வதில் பல தொல்லைகள் கொண்டனவாக இருக்கின்றன. ஆனால், பெற்றோர் குழந்தைகளின் உணவுப் பழக்கங்கள் குறித்துப் பொறுமையுடன் விட்டுக் கொடுப்பவர்களாக இருக்கும் வேளைகளில் அவர்களது உணவுப் பழக்கங்களும் சாதாரணமானவையாக, சீரானவையாக அமைகின்றன. உணவு நேரத்தைத் திட்டமிட்டு அமைப்பதால் உடல்நலம் அதிகரிக்கிறது. சுகாதாரப் பழக்கங்கள் குறித்துச் சென்னைத் தாய்மார்கள் அதிகமாகக் கவலைப்படுவதில்லை.

பெற்றோரால் விரும்பப்படாத குழந்தைகள்

பெற்றோரால் விரும்பப்படாத குழந்தைகளிடம் பல பிரச்சினை நடத்தைகள் காணப்படுகின்றன. பெற்றோரால் விரும்பப்படும் குழந்தைகள் விரும்பத்தக்க சமூக மன எழுச்சிப் பண்புகள் கொண்டவையாக உள்ளன. விரும்பப்படாத குழந்தைகள் மன எழுச்சி வன்மையற்றவையாயுள்ளன. சமூகத்திற்கு ஏற்காத நடத்தைகள் இவற்றிடம் காணப்படுகின்றன. கடித்தல், பிறரைப் பிடித்திழுத்தல் போன்றவற்றை இங்கே கூறலாம்.

பெற்றோரின் கல்வியும், பண்பாட்டுப் பின்னணியும் குழந்தையின் நடத்தையைத் தீர்மானிக்கின்றன. முன்பு விவாதித்தோம். அதேபோல் பெற்றோரின், குறிப்பாகத் தாயின் மன எழுச்சி முதிர்ச்சியும் சமூகத் தன்மையும் குழந்தையின் மன எழுச்சி, சமூகப் பிரச்சினைகளைக் கையாள்வதில் பிரதிபலிக்கின்றன.

பெற்றோர்களிடையே கருத்து வேறுபாடு

பெற்றோரிடையே காணப்படும் கருத்து வேறுபாடுகள் குழந்தையின் உளநலத்தைப் பாதிக்கின்றன. இவ் வேளைகளில் பெற்றோரின் கருத்து வேறுபாடுகள் காரணமாக வீட்டில் மன எழுச்சி முனைப்பு ஏற்படுகிறது. மேலும் ஒவ்வொருவரும் குழந்தையை ஒவ்வொரு விதமாக நடத்த முற்படுகின்றனர். நடத்தைச் சிக்கல்கள் கொண்ட குழந்தைகளில் 5-க்கு மூன்று பேர் இவ்வாறு தாயாலும் தந்தையாலும் வெவ்வேறு விதங்களில் நடத்தப் படுகின்றனர். பெரும்பாலோர் ஒழுக்க முறைகள்பற்றிக் கவலைப் படுவதில்லை. ஒழுக்கக் கட்டுப்பாடுகளை அதிகமாக வலியுறுத்தும் வேளைகளில் குழந்தைகளிடம் வேறு பல நடத்தைப் பிரச்சினைகள் தோன்றுகின்றன.

பணியாமல் (disobedient) இருப்பதே குழந்தைகளுக்கும் பெற்றோருக்கும் இடையே தகராறுகள் ஏற்படக் காரணமாயமைகின்றன. ஆனால், பெற்றோர் ஒழுக்க நியதிகள்பற்றி வலியுறுத்தும் போது அவற்றைக் குழந்தைகள் புரிந்துகொள்கின்றனவா என்று கவலைப்படுவதே இல்லை; 'நான் கூறுகிறேன்; அதனால் நீ அதைச் செய்தேயாக வேண்டும்' என்று வலியுறுத்துவதில்லை.

மேல்நிலை-நடுத்தர சமூக வகுப்பைச் சேர்ந்த பெற்றோரிடையே குழந்தை வளர்ப்பு முறைபற்றி பெரும் குழப்ப நிலையே நீடிக்கிறது. குறிப்பாகத் தாங்கள் குழந்தை வளர்ப்பில் பழம் பாணியைக் கையாள்வதா அல்லது புதிய கல்விவழிப் பெற்ற முறைகளைக் கையாள்வதா என்று அவர்களால் முடிவு செய்ய இயலுவதில்லை. பெரும்பாலான பெற்றோர் குழந்தை வளர்ப்பில் எந்தவிதமான நிலையான கொள்கையினையும் கடைப்பிடிப்பதில்லை.

ராஜபுதன மாநிலத்தைச் சேர்ந்த காலாப்பூர் தாயர்களிடையே குழந்தை வளர்ப்பு முறைகளை மின்டர், லம்பர்ட் என்னும் இரு அறிஞர்கள் ஆராய்ந்து மேலே விவரித்த உண்மைகளை வெளியிட்டுள்ளனர்.

14. குமரப் பருவ வளர்ச்சியும் உளநலமும்

வளர்ச்சி வேகம் நிறைந்த பருவமாகக் குமரப் பருவம் அமைகிறது. குழந்தைப் பருவத்தில் தொடங்கிய வளர்ச்சிகள் குமரப் பருவத்தில் இறுதிக் கட்டத்தை அடைகின்றன. வளர்ச்சிகளின் இறுதிப் பருவமாகக் குமரப் பருவத்தைக் கூறலாம். குமரப் பருவத்திலேயே முதிர்ச்சிப் பருவத்தின் வளர்ச்சி நிலைகள் அனைத்தும் தீர்மானிக்கப்படுகின்றன. முதிர்ச்சிப் பருவத்தில் குமரப் பருவத்தில் இறுதி வடிவு எடுத்த வளர்ச்சி நிலையே தொடர்ந்து நீடிக்கிறது.

குமரப் பருவப் பிரச்சினைகள் பலவற்றிற்கும் இப் பருவத்தில் ஏற்படும் பல்வகைப்பட்ட வளர்ச்சிகள் பெரிதும் துணை செய்கின்றன. உளநலத்தை மிகுத்துக்கொள்ள இப் பிரச்சினைகளை உளவியல் நியதிகளுக்கேற்பச் சமாளித்தல் மிகமிக அவசியம். இப் பருவத்தில் பின்தங்கிவிடும் வளர்ச்சி தொடர்ந்து முதிர்ச்சிப் பருவத்தையும், முதுமைப் பருவத்தையும் பாதிக்கும் திறங் கொண்டதாக இருப்பதால் இப் பருவத்தில் உரிய அளவு வளர்ச்சிகள் ஏற்பட மிக்க கவனத்துடன் வழி வகுப்பது இன்றியமையாத கடமையாகும். இயல்பான வளர்ச்சியினின்று ஒரு குமரப் பருவத்தினனது வளர்ச்சி அதிகரித்தாலும் குறைந்தாலும் முன்னெச்சரிக்கையாக உள மருத்துவரை அணுகுதல் நன்று. வளர்ச்சி தடைப்படும் வேளைகளில் அதனை ஆராய்ந்து அத் தடைக்கான காரணங்களைக் களைந்து இயல்பான வளர்ச்சியை மீட்டுத் தருதல் அவசியம். அதேபோல் ஒரு குறிப்பிட்ட வளர்ச்சி மிக அதிகமாக ஏற்பட்டாலும் முன்னெச்சரிக்கைகளை மேற்கொள்வதே அறிவுடைமை. தனியாள் வேற்றுமைகளின் (individual differences) வரம்பிற்கு அப்பாற்பட்டு விளங்கும் எந்த ஒரு வளர்ச்சியினையும் கூர்ந்து கவனித்து நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்வதே உளநலத்தைப் பாதுகாத்து மிகுத்துக்கொள்வதற்குச் சிறந்த வழி. எனவே, பொதுவாகக் குமரப் பருவத்தில் இயல்பான வளர்ச்சிகள்

எவ்வாறு நிகழ்கின்றன என்று அறிய வேண்டியது அவசியம். இதுமட்டுமன்றிக் குமரப்பருவ நடத்தைப் பிரச்சினைகளில் பல அவனது வளர்ச்சி நிலையுடன் பிணைந்ததாகவே இருக்கின்றன. இயற்கையான இப் பிரச்சினைகள் கவனித்துக் களையப்படாமல் விடப்படும் வேளைகளில் அவை பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகளாக மாறி ஆளுமைச் சிக்கல்களாக உளநலத்தையே உருக் குலைக்கும். ஆகவே குமரப் பருவத்தில் ஏற்படக் கூடிய வளர்ச்சிகளை நடத்தைப் பிரச்சினைகளாக ஆராய வேண்டியது அவசியம்.

உடல் வளர்ச்சிப் பிரச்சினைகள்

குமரப் பருவத்தில் வளர்ச்சியின் வேகம் மிகவும் அதிகரிக்கிறது. இவ்வாறு திடீரென்று அதிகரித்த வளர்ச்சியின் காரணமாகப் பலவகைப் பிரச்சினைகளும் எழுகின்றன. இவ் வளர்ச்சியின் காரணமாகக் கை, கால்களின் நீளமும் பருமனும் அதிகரிக்கிறது. உடலின் எடையும் மிகுகின்றது. இதன் விளைவாகக் குமரப் பருவத்தினனின் இயக்கங்கள் பெருமளவு மாறுதல்களுக்கு உட்படுகின்றன. இப் பருவத்தினனது இயக்க வேகம் மிகுந்த மாறுதல்களுக்குள்ளாகின்றது. முன்பு ஓர் இடத்தினை அடைய 8 அல்லது 10 எட்டுகளில் எடுத்து வைக்கவேண்டியிருந்த ஒரு குமரப் பருவத்தினனின் கால்களின் நீளம் திடீரென்று கூடிவிட்ட காரணத்தினால் 6 அல்லது 7 எட்டுகளிலேயே அதனை அடைந்துவிட நேரிடுகிறது. இத் திடீர் இயக்க மாறுதல் தன்னிடம் ஏற்பட்டிருப்பதை உணராத குமரப்பருவத்தினன் எவ்வாறு இடம் மிகவும் குறுகிவிட்டது என்று திகைப்படைகிறான். இவ்வாறு குமரப் பருவத்தினனது 'இடம்பற்றிய கருத்து நிலை' பிரச்சினைக்குள்ளாகின்றது. அதேபோல் ஒரு பொருளை எடுக்க முயலும்போது வளர்ச்சியின் அடிப்படையில் கையின் நீளத்திலும், கை இயக்கத்தின் வேகத்திலும் ஏற்பட்டுள்ள மாறுதல்களை உணராது அப் பொருளுக்கும் அப்பால் அல்லது இப்பால் கையைச் செலுத்தித் தடுமாறும் நிலையும் இப் பருவத்தில் காணப்படுகிறது. இத்தகைய திடீர் மாறுதல்களால் குமரப் பருவத்தினன் வீட்டிலுள்ள பல பொருள்களையும் எடுக்க முயலும்போது கீழே தள்ளிவிட்டுவிட நேரிடுகிறது. இத்தகைய வேளைகளிலெல்லாம் குமரப் பருவத்தினன் தன் இயக்க வளர்ச்சியை அறியாது எப்போதும் போன்றே சாதாரண வேகத்தில் இயங்குவதே இத்தகைய பிரச்சினைகளுக்குக் காரணமாகும். குமரப் பருவ வளர்ச்சியின் பயனாகக் குமரப் பருவத்தினனிடம் ஏற்படும் பருமன்-எடை அதிகரிப்பும் பல பிரச்சினைகளைத் தோற்றுவிக்கிறது. தன்னிடம் அதிகரித்துவிட்ட எடையை உணராமல் குமரப் பருவத்தினன் நடந்துகொள்ளும் வேளைகளில் பல விபத்துகள் ஏற்படுவது உண்டு. நாற்காலியின்

கைகளில் இதுவரை சாதாரணமாக அமர்ந்துவந்த சிறுவன் குமரப் பருவத்தில் அதேபோல் அமரும்போது நாற்காலியின் கைகள் முறிந்து கீழே விழ நேரிடுவது இயற்கையே. இப் பருவத்தினன் தாழ்வாரங்களில் இடித்துக்கொள்ளல், வாயிற்படிகளில் தடுக்கி விழல் போன்றவைகளையும் இதேபோன்று விளக்க முடியும்.

பசியைச் சார்ந்த கோளாறுகள்

திடீர் வளர்ச்சியின் காரணமாகக் குமரப் பருவத்தினனிடம் பசி அதிகரிக்கிறது. இதனால் அவனது உணவுப் பழக்க வழக்கங்கள் மாறுபடுகின்றன. நிதானமாக இருந்து 'முழு உணவினை' உண்பதற்குக் குமரப் பருவத்தினனிடம் பொறுமை இருப்பதில்லை. அன்றியும் தனது நண்பர்களுடனேயே காலத்தைச் செலவிட விரும்பும் இப் பருவத்தினன் காலத்துடன் வீடு திரும்பி உணவு கொள்ள இயலுவதில்லை. இதனால் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அவ்வப்போது 'நொறுக்குத் தீனி' சாப்பிட அவன் முற்படுகிறான். இது பெற்றோருக்குப் பிரச்சினையாகத் தோன்றுகிறது. அதுமட்டு மன்றிக் காலந்தவறி உண்பதும் பொருத்தமற்ற உணவு வகைகளை ஒரே நேரத்தில் உண்பதும் இப் பருவத்திற்கே உரிய பண்பு களாகக் காணப்படுகின்றன. இவை குமரப் பருவ வயிற்றுக் கோளாறுகளுக்குக் காரணமாவதும் உண்டு. குமரப் பருவ வளர்ச்சிக் காலத்தில் உணவூட்டம் அதிகமாகத் தேவைப்படு கின்றது. வைட்டமின் குறைபாடுகளும் ஏனைய உடலியல் தேவைகளும் இப் பருவத்தில் பல உடல்நலப் பிரச்சினைகளைத் தோற்றுவிக்கின்றன. இக் குறைபாடுகள் மட்டுமன்றி நாள மில்லாச் சுரப்பிகளின் இயக்கங்களின் குறைபாடுகளும் பல உடற் கோளாறுகளுக்குக் காரணமாகின்றன. வயிற்றுப்புறங்களில் அதிகமாகச் சதை விழுதல், எடை அதிகரித்தல் போன்றவை இப் பருவத்தில் ஏற்படும். ஃபிராலிக் கூட்டறிகுறி (Froehlich's syndrome) எனும் கோளாறுகக் காணப்படுகின்றன. இந்நிலை தைராய்டு (thyroid) சுரப்பி குறைவாகச் சுரப்பதனாலும் ஏற்படக் கூடும். இவ் வேளைகளில் மருத்துவர்களை அணுகி உரிய வகையில் சுரப்பிகளைக் குணப்படுத்திக்கொள்வது அவசியம். பெற்றோர்கள் மிகையாகச் செல்லம் கொடுக்கும் காரணத்தாலும், மிகையாகப் பாதுகாப்பு அளிக்கும்போதும் சிறுவர்களிடம் இத்தகைய கோளாறுகள் ஏற்படுகின்றன. இக் குறைபாடுகள் வராதிருக்க ஏற்ற பாதுகாப்பு முன்னெச்சரிக்கைகளைப் பெற்றோர் மேற்கொள்ள வேண்டியது அவசியம். ஊட்டமான உணவினை வேண்டிய கலோரி வெப்பத்தைத் தரும் வகையில், போதுமான வைட்டமின் சத்துகளுடன் வேண்டிய அளவு குமரப் பருவத்தினன் உட் கொள்ளும்படி செய்தல் அவசியம். இவ்வாறு சரிவிகித

உணவினைப் பெறும் குமரப் பருவத்தினரிடம் இத்தகைய உடற் கோளாறுகள் ஏற்படுவது அரிது.

இரண்டாம் வழி பால்நிலைப் பண்புகள்பற்றிய பிரச்சினைகள்

குமரப் பருவ உடல் வளர்ச்சியில் முக்கியமானவையாக இரண்டாம் வழி பால்நிலைப் பண்புகளும் (secondary sex characteristics) பால் உறுப்புகளின் (sex organs) முதிர்ச்சியும் இருக்கின்றன. குமரப் பருவத்தில் சிறுவர் சிறுமியரது அக்குள்களில் முடி மிகுந்து வளர்கிறது. சிறுவரின் முகத்தில் தாடி, மீசை அரும்புகிறது. சிறுவனின் குரல் கட்டையான ஒலி கொண்ட ஆண் குரலாக மாறுகிறது. சிறுவர் சிறுமியரின் பால் உறுப்புகளைச் சுற்றிப் பூப்பு முடி (pubic hair) அடர்ந்து வளர்கிறது. இவ்வாறு ஏற்படும் மாறுதல்களைப் புரிந்து கொள்ளாத குமரப் பருவத்தினர் அச்சமும் பீதியும் அடைவதுண்டு. இவற்றைக் குறித்துப் பெரியவர்களிடம் விவாதிக்க முடியாத காரணத்தால் இவர்கள் அச்சத்தாலும் கவலையாலும் அவதியுறுவது இயல்பே. இம் மாறுதல்களைத் தொடர்ந்து சிறுமியரின் மார்பகங்கள் வளர்ச்சியடைகின்றன. சிறுவரின் குரல் உரக்கின்றன. இதனால் குமரப் பருவத்தினன் ‘ஆண்’ குரல் பெறுகின்றான். இரண்டாம் நிலைப் பால் பண்புகளுக்கு அடுத்தபடியாக ‘கொனடு’ (gonad) எனும் பால் சுரப்பிகள் முதிர்ச்சியடைகின்றன. இதன் அடிப்படையிலேயே குமரப் பருவத்தினனிடம் பால் அக்கறை (sex interest) ஏற்படுகிறது. இவ்வாறு உருவாகும் பால் அக்கறையால் குமரப் பருவத்தினன் பெருமளவு திகைப்பும் அச்சமும் அடைகிறான். பால் சுரப்பியின் முதிர்ச்சியின் காரணமாக விந்தணு (spermatozoa) வெளிப்படுவதனை முதன் முதலில் காணும் குமரப் பருவத்தினன் மிகவும் அச்சமடைகிறான்; இதுபற்றிப் பிறரிடம் பேச வெட்கப்படுகிறான். மேலும் பால்பற்றிய பகல் கனவுகள் காணும் இப் பருவத்தினன் குற்ற உணர்வு மேலிடப்படுவதும் இயற்கையே. தன் பருவ வளர்ச்சியின் காரணமாகப் பால் உணர்வு தூண்டிவிடப்பட்ட குமரப் பருவத்தினன் கைமுட்டிப் பழக்கத்தைக் (masturbation) கற்கிறான். இதனால் இன்பமும் குற்ற உணர்வும் அதுகுறித்த அச்சமும் அவனிடம் மாறிமாறி ஏற்படுகின்றன. தன்னிடம் மட்டுமே இத் ‘தீய பழக்கம்’ இருப்பதாக அவன் கருதிக் கொள்வதனால் அவனிடம் குற்ற உணர்ச்சி ஏற்படுகின்றது. ஆனால், உண்மையில் இப் பழக்கம் ஓர் சாதாரண உடலியல் நிகழ்ச்சியையே குறிக்கிறது. இதனைத் தீய பழக்கம் என்றோ நல்ல பழக்கம் என்றோ அதனளவில் குறிக்க முடியாது. இவ்வளவில் மலிவு விலையில் கிடைக்கும் மஞ்சள் பத்திரிகைகளும் மருந்து விளம்பரங்களும் அவனது அச்சத்தை மேலும்

வளர்க்கின்றன. அறிவியலுக்குப் பொருத்தமில்லாதவற்றை யெல்லாம் 'பால்பற்றிய உண்மைகள்' என்று இப் பத்திரிகைகள் வெளியிடுகின்றன. இவற்றைத் திருட்டுத்தனமாக மறைத்து வைத்துக் கொண்டு படிக்கும் நனியவன் தவருன விவரங்களைக் குற்ற உணர்வோடு கற்றுக் கொள்கிருன். இதனுல் அவன் பால் நடத்தையையே குற்ற உணர்வோடு தொடர்புபடுத்தக் கற்கிருன். இது அவனது உளநலனைப் பெரிதும் பாதிக்கக்கூடியது.

மேற்கூறிய உண்மைகளைக் கோவையில் நடைபெற்ற ஓர் ஆய்வின் முடிவுகளும் எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. 80 குமரப் பருவ மாணவர்கள் பங்கு பெற்ற இவ்வாய்வில் எல்லாக் குமரப் பருவத்தினரிடமும் பால் உணர்வு மிகுந்திருப்பதாகவும், குறிப்பாக 17, 18 வயதுள்ளவர்களிடம் இந்நிலை அதிகமாகக் காணப்படுவ தாகவும் தெரியவந்தது. இவர்களில் 20 சதவிகிதத்தினர் ஆபாச நூல்களைத் தங்களிடம் வைத்திருந்தனர். சிலர் மேல்நாட்டுப் படுக்கையறைப் படங்களை வைத்திருந்தனர். இம் மாணவர் களிடையே 'தற்பால் உறவும்' (homosexuality) கைமுட்டிப் பழக்கமும் (masturbation) காணப்பட்டன. இவர்களில் 20 சதவிகிதத்தினர் பால் உணர்வு சம்பந்தப்பட்ட கனவுகள் வந்து தொல்லை தருவதாகக் கூறினர். மேலும் இவ்வாய்வில் குமரப் பருவத்தினர் எதனையும் காதல் கண்ணேட்டத்தினின்றே காண்கின்றனர் என்றும் அறியப்பட்டது.

பிரச்சினைகளும் சமாளிக்கும் வகைகளும்

குமரப் பருவத்தில் ஏற்படும் இப் பிரச்சினைகள் உளநலப் பாங்கான வழிகளில் சமாளிக்கப்பட வேண்டியது அவசியம். இதற்கு உதவும் வகையில் உடல்நலம்பற்றிய கல்வியும், பால் பற்றிய கல்வியும் உரிய முறையில் வேண்டிய அளவிற்குக் கற்பிக்கப் படவேண்டும். குமரப் பருவத்தினர் தங்கள் உடல் உறுப்புகள் அனைத்தின் அமைப்பினையும் அவற்றை எவ்வாறு நலமாக வைத்துக் கொள்ளவேண்டும் என்பதையும் தெளிவாக உணரும் வண்ணம் அவர்களுக்கு உண்மைகளை எடுத்துக்கூறுதல் வேண்டும். அதேபோல் ஜீரணம், இரத்த ஓட்டம் போன்ற உடல் நிகழ்ச்சிகள் பற்றியும் தெளிவாகக் கற்பித்தல்வேண்டும். இது போன்றே உடலியல் அடிப்படையில் பால் நடத்தை எப்படி அமைகிறது என்றும் இப் பருவத்தினர் அறிந்துகொள்ள வேண்டியது அவசியம். இதுபற்றிய அறிவியல் உண்மைகளைப் படிப்படியாக ஆபாசக் கலப்பின்றிக் கற்பிக்கவேண்டியது இன்றியமையாதது. செடி கொடிகள், சிறு பூச்சிகள், விலங்குகள் ஆகியவற்றின் பால் நடத்தைகளினின்று தொடங்கிப் படிப்படியாக விவரித்து இவ்

உண்மைகளையெல்லாம் கற்ற நிலையில் மனிதனது பால் நடத்தை எவ்வாறமைகிறது என்று சான்றுகளுடன் விளக்குவது முக்கியம். இத்தகைய உண்மைகளை அறியும் குமரப் பருவத்தினர் உளநலப் பாங்கான நெறி முறைகளில் தங்கள் உடல்நலத்தையும் உளநலத்தையும் பேணி வளர்த்துக் கொள்வது எளிதாகின்றது.

குமரப் பருவ மெய்ப்பாட்டுச் சமநிலை இன்மை

தா. ஏ. சண்முகம் குமரப் பருவத்து மெய்ப்பாட்டு நிலைபற்றிப் பல ஆய்வுகளை நடத்தியிருக்கின்றார். இவ்வாய்வுகளில் இவ்வாசிரியரால் தயாரிக்கப்பட்ட ஆளுமை நிரலும், சொல்வழி புறத்தெறிதல் சோதனையும் (verbal projection test) பயன்படுத்தப்பட்டன. சிறுவர்கள், குமரப் பருவத்தினர், இளைஞர்கள் (adult) ஆகியோருக்கு இச் சோதனைகளை அளித்து அவர்களது மெய்ப்பாட்டு நிலையை இவர் ஆராய்ந்தார். இவ்வாய்வில் 220 பேர் பங்கு பெற்றனர். இவர்களனைவரும் சென்னை நகரத்தில் வாழ்ந்த கீழ்நிலைச் சமூகப் பொருளாதார வகுப்பினைச் சேர்ந்தவர்கள். இவ்வாய்வின் முடிவுகள் குமரப் பருவத்தினரிடையே மெய்ப்பாட்டுச் சமநிலையின்மையைத் தெளிவாக எடுத்துக்காட்டுகின்றன. இவ்வாசிரியரது ஆய்வுகள் குமரப் பருவத்தினர் சிறுவர்கள், முதிர்ச்சிப் பருவத்தினர் ஆகியவர்களைக் காட்டிலும் பெருமளவு மெய்ப்பாட்டு நிலை வன்மையற்றிருப்பதனை வலியுறுத்துகின்றன. 15 வயதினர் ஏனைய குமரப் பருவத்தினரைக் காட்டிலும் மிகையான உணர்ச்சி நிலையும் (hyper sensitivity), உண்மை நிலைப் பாங்கின்மை (oriented towards reality), நரம்பு நோய்த் தன்மையும் (neuresthenic tendency) கொண்டிருப்பதனை இந் நூல் ஆசிரியர் கண்டுள்ளார். மேலும், பூப்படைந்த குமரப் பருவத்தினரிடையே மிகையான உணர்ச்சி நிலையும், கிலியும் (anxiety), தூக்கத்தில் தொல்லைகளும், உண்மை நிலைப் பாங்கின்மை காணப்படுகின்றன என்றும், பூப்படையாதவர்களிடம் மிகையான உணர்வு, உணர்ச்சிவயப்படும் தன்மை ஆகியவை மட்டுமே இருக்கின்றன என்பதனையும் தன் ஆய்வுகள் மூலம் எடுத்துக் காட்டியுள்ளார். 874 மாணவர்களைக்கொண்டு மேற்கொள்ளப்பட்ட ஆய்விலும் இதே உண்மைகளையே இந் நூலாசிரியர் கண்டிருக்கிறார். அப்துல் ஹஃபீஸ் (Abdul Hafeez) மைசூர் கல்லூரி மாணவர்களது மெய்ப்பாட்டுச் சமநிலை (emotional stability) பற்றி ஆராய்ந்துள்ளார். இவ்வாய்வில் பங்குகொண்ட 80 மாணவர்களின் வயது நிலை 18-லிருந்து 22 வயதுவரை அமைந்திருந்தது. இவ்வாய்வு முடிவுகள் இம் மாணவர்கள் அமெரிக்க ஆய்வில் பங்குகொண்ட மாணவர்களைக் காட்டிலும் மெய்ப்பாட்டுச் சமநிலை குறைவாகக் கொண்டவர்

களாக இருப்பதனை எடுத்துக்காட்டுகின்றன. பொதுவாகக் குமரப் பருவத்தினரிடம் கவலை, எண்ணங்கள் திரும்பத் திரும்ப வந்து கொண்டேயிருத்தல், பீதிகள், கட்டாயச் செயல்கள், கூச்சம் ஆகியவை காணப்படுகின்றன என்பதையும் ஆய்வு முடிவுகள் கூறுகின்றன.

மேற்கூறிய ஆய்வு முடிவுகள் முக்கியமாகக் குமரப் பருவத்தில் பொதுவாக மெய்ப்பாட்டுச் சமநிலையின்மை காணப்படுவதனை வலியுறுத்துகின்றன. குறிப்பாகக் குமரப் பருவத்தினரிடையே உள்ள அச்சம், சினம் ஆகியவற்றைப்பற்றியும் நம் நாட்டில் ஒருசில ஆராய்ச்சிகள் நடைபெற்றுள்ளன. சென்னைப் பல்கலைக் கழக உளவியல் ஆய்வுத்துறை மாணவர் ஒருவர் 380 குமரப் பருவத்தினரைக்கொண்டு அவர்களது அச்சங்கள் குறித்து ஆராய்ந்தார். இவ்வாய்வில் குமரப் பருவச் சிறுவரும் சிறுமியரும் பங்குபெற்றனர். சமயம், ஒழுக்கம், பாடம், தேர்வு பற்றிய அச்சங்கள், நோய்கள், சாவு, பால் தொடர்பான பிரச்சினைகள் ஆகியவை குறித்துக் குமரப் பருவத்தினர் பெரிதும் அஞ்சுவதாக இவ்வாய்வின் முடிவுகள் எடுத்துக்காட்டுகின்றன. மேலும் வயது அதிகரிக்க அதிகரிக்க அச்சங்கள் குறைவதனையும் இவ்வாய்வு முடிவுகள் சுட்டிக்காட்டுகின்றன.

கோவை நகர உயர்நிலைப் பள்ளியில் 53 குமரப் பருவத்து மாணவர்களிடம் அவர்களது அச்ச உணர்வு அனுபவம்பற்றிக் கேட்கப்பட்டது. இம் மாணவர்களில் பெரும்பாலோர் தேர்வில் தவறுவதனைக் குறித்து அஞ்சுவதாகக் குறிப்பிட்டனர்.

அலகாபாத்தினைச் சேர்ந்த கக்கர் (Kakkar) பெரும்பாலான குமரப் பருவத்தினர் பள்ளி குறித்து கிலி (anxiety) அடைவதாகத் தன் ஆய்வின்மூலம் கண்டுள்ளார். கோவை உயர்நிலைப் பள்ளி மாணவர்கள் 58 பேரிடம் அவர்களது சின அனுபவம் பற்றிய ஓர் ஆய்வு மேற்கொள்ளப்பட்டது. இவ்வாய்வில் பெரும்பாலோர் அவதூறாகப் பேசுவது தங்களிடம் சினமூட்டுவதாகக் கூறினர். மேலும் நண்பர்களின் தீச் செயலைக் காணும்போதும், பழி சுமத்தப்பட்டபோதும், அடிபட்டபோதும், வெற்றி கிடைக்காதபோதும் தாங்கள் சினமடைவதாக இம் மாணவர்கள் கூறினர்.

இவ்வாறு குமரப் பருவத்தினரது அச்சம், சினம் ஆகியவை பற்றிய ஆய்வுகள் இப் பருவத்தினர் 'சமூகத் தூண்டல்களின்'

அடிப்படையில் இம் மெய்ப்பாடுகளுக்கு உட்படுகின்றனர் என்பதை வலியுறுத்திக் காட்டுகின்றன. எனவே, குமரப் பருவத் தினர் சமூக உணர்வு மிக்கிருப்பதனை நாம் உணரலாம். குமரப் பருவத்தினரிடம் சமூக உணர்வு வளர்வதனை சென்னைப் பல்கலைக் கழகத்தைச் சேர்ந்த ரபீந்திர தாஸ் மேற்கொண்ட கற்பனை பற்றிய ஆய்வு முடிவுகள் மறைமுகமாக எடுத்துக்காட்டியுள்ளன. இவர் குமரப் பருவத்தினர்தம் கற்பனையை அறிய ரோர்ஷாக் சோதனையைப் (Rorschah test) பயன்படுத்தினர். குறிப்பிட்ட எந்த ஓர் உருவத்தையும் குறிக்காத மைத்தடங்களைக் கண்ட குமரப் பருவத்தினர் தங்கள் இயல்புப்படி வெவ்வேறு உருவங் களைக் கண்டனர்; இவ்வாறு அவர்களுக்குத் தோன்றிய கற்பனை வடிவங்கள் விலங்கு உருவங்கள், மனித உருவங்கள், இயற்கை, செடி கொடிகள், பொருள்கள் போன்ற பலதிறப்பட்டவையா யமைந்தன. குமரப் பருவத்தில் வயது அதிகரிக்க அதிகரிக்க இவ்வாறு 'கண்ட' உருவங்களில் மனித உருவங்களின் எண்ணிக்கை அதிகரிப்பதனை இவ்வாய்வு முடிவுகள் காட்டியுள்ளன. மேலும், விலங்குகளைப்பற்றிய விவரங்களைவிட மனிதர்களைப்பற்றிய விவரங்களை இப் பருவத்தினர் கற்பனையில் காண்பதனையும் இவ் வாய்வு முடிவுகள் சுட்டிக் காட்டியுள்ளன. அதுமட்டுமன்றி, பெண்கள் ஆண்களைவிட மனிதர்களிடம் அதிகமாக அக்கறை காட்டுகின்றனர் என்றும் இவ்வாய்வு எடுத்துக் கூறுகிறது.

குமரப் பருவத்தில் மெய்ப்பாட்டுச் சமநிலையின்மை காணப் படுகிறது என்பதும், சமூகத்திற்கான உணர்வு மிகுந்திருக்கிறது என்பதும் உளநல முக்கியத்துவம் வாய்ந்தவையாகும். இவ் விரு உண்மைகளையும் மனத்தில் கொண்டு குமரப் பருவத்தினரது உள நலத்தை வலுப்படுத்த நாம் முயல்வது சிறப்பு. உரிய முறையில் உளவியல் விதிகளின்படி குமரப் பருவத்தினருக்கு ஆலோசனை கூறி நெறிப்படுத்துவது இன்றியமையாத தேவையாகும். மேலை நாடுகளில் பள்ளிகள் ஒவ்வொன்றிலும் இதற்கான நெறிப்படுத்தும் உளவியலர் அமர்த்தப்பட்டிருக்கின்றூர். ஆனல், நம் நாட்டில் அத்தகைய நிலை வர ஆண்டுகள் பலவாவது திண்ணம். இதற் கிடையில் ஓரளவு கல்விப் பின்னணி கொண்ட பெற்றோரும் ஆசிரியரும் உளவியல் விதிகளைக் கற்று இவ்வகையில் உதவ முயல்வது அவசியம். இவ்வாறு நெறிப்படுத்திக் குமரப் பருவத் தினரிடையே மெய்ப்பாட்டுச் சமநிலை உண்டாக்குவது முக்கிய மாகும். மேலும் குமரப் பருவச் சமூக உணர்வைப் பயன்படுத்திச் 'சமூக சேவை,' 'சமுதாய நலப் பணிகள்' ஆகியவற்றில் இவர்கள் ஈடுபட்டுத் தங்கள் ஆற்றல்களை நல்ல முறையில் வெளிப்படுத்த வாய்ப்புகள் அளிப்பதும் அவசியம்.

குமரப் பருவத்தில் இலக்கு அடை நாட்ட அளவு

ஒவ்வொருவரும் தனக்கென ஒருசில இலட்சியங்களைக் கொண்டிருப்பது இயல்பு. இவ்வாறான ஓர் இலட்சியத்தை அடைய நாம் நீண்ட காலம் அதற்கென முயற்சிகளை மேற்கொள்ள வேண்டியிருக்கின்றது. இவ்வாறு நீண்டகால இலட்சியத்தை அடைய நாம் குறுகிய காலத்தில் அடையக் கூடிய, ஆனால் முதலில் அமைக்கப்பட்ட நீண்டகால இலட்சியத்தை அடைவதற்கு வழி வகுக்கும் இலக்குகளை ஏற்படுத்திக் கொள்வது இயற்கை. இத்தகைய நடத்தையையே இலக்கு அடை நாட்ட அளவு என்கிறோம். ஒருவரது உளநலத்தைப் பெரிதும் தீர்மானிக்கும் ஊக்க நடத்தையாக இது அமைகிறது. குழந்தைகளிடம் ' தன்னை 'ப்பற்றிய ' நான் ' எனும் உணர்வு தோன்றிய பிறகே இவ் இலக்கு அடை நாட்டம் உண்டாகத் தொடங்குகிறது. பொதுவாக உடல் வயதும் உளவயதும் அதிகரிக்க அதிகரிக்கவே முதிர்ச்சியான இலக்கு அடை நாட்டம் உருவாகின்றது. குழந்தைப் பருவ அனுபவங்களில் அடிப்படையில் இந் நடத்தைப் பாங்கு (level of aspiration) வளர்ச்சி யடைகிறது.

சென்னைப் பல்கலைக் கழகத்தைச் சேர்ந்த B. C. முத்தையா இத் துறையில் நடத்தியுள்ள ஆய்வுகள் குமரப் பருவத்தில் இந் நடத்தை எவ்வாறமைகிறது என்பதனை எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. முத்தையாவின் ஆய்வில் கிடைத்த உண்மைகளை பியூலா ரபீந்திர தாஸ் (Beaula Rabindradas) மேற்கொண்ட ஆய்வின் முடிவுகள் வலியுறுத்துகின்றன. இவர்களது ஆய்வில் கிடைத்த விவரங்கள் குமரப் பருவத்தில் இவ் இலக்கு அடை நாட்ட அளவு எவ்வாறிருக்கின்றது என்பதைத் தெளிவாக விளக்குகின்றன. குமரப் பருவத்தினர் பொதுவாகவே தாங்கள் அடைந்ததனைக் காட்டிலும் அதிகமாகவே எதிர்பார்க்கின்றனர். இவ்வாறு இவர்களது இலக்கு அடை நாட்ட அளவு அவர்கள் ஏற்கெனவே பெற்ற வெற்றியைக் காட்டிலும் மேலானதாகவே அமைகின்றன. மேலும் குமரப் பருவத்தினர் உயர்ந்த இலக்குகளைத் தங்களுக்கென அமைத்துக் கொள்கின்றனர். வயதும் கல்வி நிலையும் அதிகரிக்க அதிகரிக்கக் குமரப் பருவத்தினர் முயற்சி வலி (tenacious) மிக்கவர்களாகக் காணப்படுகின்றனர். மேலும் வயதும் கல்வி நிலையும் அதிகரிக்க அதிகரிக்கக் குமரப் பருவத்தினர் ஒரே நிலையான அளவினதான நாட்டம் கொண்டவர்களாக இருக்கின்றனர். அவ்வப்போது தங்கள் வெற்றி தோல்விகளைக் கண்டு தங்கள் இலக்கினை உடனடியாக மாற்றிக் கொள்வதில்லை. பியூலா ரபீந்தரதாஸின் ஆய்வு, குமரப் பருவச் சிறுவர்கள்,

குமரப் பருவச் சிறுமியரைக் காட்டிலும் தங்கள் இலக்கு அடை நாட்ட அளவினைத் தாங்கள் பெற்ற வெற்றிக்கும் மிக உயர்ந்த தாக அமைக்கின்றனர் என்பது காட்டியுள்ளது.

மேற்கூறிய ஆய்வு முடிவுகள் குமரப் பருவத்தினரது ஊக்க நடத்தையினை விளக்கும் அளவிற்கு உளநல முக்கியத்துவம் பெற்றவையாக விளங்குகின்றன. குமரப் பருவத்தினர் உண்மை யியல்பான, தங்கள் ஆற்றல்களுக்கு ஏற்ப தங்கள் இலக்கு அடை நாட்ட அளவினை மேற்கொள்வதற்காக நெறிப்படுத்துவதன்மூலம் அவர்களது உளநலனிற்குத் துணை செய்யமுடியும். இலக்கு அடை யும் நடத்தை பெருமளவு சமூகத்தின் எதிர்பார்ப்புகளுக்கு (expectation) உட்பட்டதாகவே அமையும். இதனையே மேற்கூறிய ஆய்வில் கிடைத்த பால் வேறுபாடுபற்றிய முடிவும் வலியுறுத்து கின்றது. இவ் உண்மையை மனத்தில் கொண்டால், பெற்றோர், குடும்பம், நண்பர்கள், பள்ளி போன்ற சிறுசிறு சமூகக் குழுக் களின்மூலம் நாம் குமரப் பருவத்தினர் தம் இலக்கு அடை நாட்ட அளவுகளை நெறிப்படுத்தி அவர்களது உளநலத்தை வலுப்படுத்துவது எளிதே.

குமரப் பருவத்தினரிடம் காணப்படும் பிரச்சினைகள் அவர்களது பருவ நிலையையும், சமூகச் சூழ்நிலையையும் பிரதிபலிப்பவை யாகவே இருக்கின்றன. எனவேதான் அமெரிக்கா போன்ற மேலை நாடுகளில் கண்ட உண்மைகளை அவ்வாறே நாம் ஏற்றுக்கொள்வ தற்கில்லை. இதுகுறித்தும் E. G. பரமேசுவரன் ஆராய்ந்துள்ளார். 477 உயர்நிலைப் பள்ளி, கல்லூரி மாணவர்களைக்கொண்டு நடை பெற்ற இவ்வாய்வில் குமரப் பருவத்தினர் கொண்டுள்ள பொதுவான பிரச்சினைகள்பற்றிக் குறிப்பிடுமாறு கேட்கப்பட்டது. மாணவர்கள் 8 வகையான பிரச்சினைகள் நிறைந்த பட்டியலை அவற்றின் முக்கியத்துவ அடிப்படையில் பிரித்துக் குறித்ததில் அடுத்துள்ள முடிவுகள் வெளியாகின்றன.

இவ்வாய்வின்மூலம் நம் நாட்டுக் குமரப் பருவத்தினரிடையே யும் இளைஞர்களிடையேயும் பொருளாதாரப் பிரச்சினைகளும் ஆரோக்கியப் பிரச்சினைகளுமே மிக அதிகமாகக் காணப்படு கின்றன என்று அறிகிறோம்.

குமரப் பருவத்தினின்று முதிர்ச்சிப் பருவத்திற்கு மாறுவதில் உள்ள பிரச்சினைகளைப்பற்றி E. G. பரமேஸ்வரன் ஆராய்ந்திருக் கின்றார். குமரப் பருவத்தினின்று முதிர்ச்சிப் பருவத்திற்கு மாறும் காலங்களில் குமரப் பருவத்தினரது பொருத்தப்பாடுகள் மாறுதல் அடைகின்றனவா என்று பரமேசுவரன் ஆராய்ந்தார். குறிப்பாக,

குமரப் பருவத்தினரிடமும் இளைஞர்களிடமும் காணப்படும் பிரச்சினைகள்

	தொடக்க நிலைக் குமரப் பருவத்தினர்	பின்நிலைக் குமரப் பருவத்தினர்	இளைஞர்கள்
பொருளாதாரத் தொல்லைகள்	68%	72%	73%
நலம் இன்மை	35%	40%	47%
பள்ளி/கல்லூரியில் அதிக வேலை	32%	புரிந்துகொள்ளாத நண்பர்கள் 26%	28%
புரிந்துகொள்ளாத நண்பர்கள்	28%	நல்ல தோற்றமின்மை 24%	23%
நல்ல தோற்றமின்மை	20%	புரிந்துகொள்ளாத அல்லது கண்டிப்பான பெற்றோர் 18%	பள்ளி/கல்லூரியில் அதிக வேலை 22%
புரிந்துகொள்ளாத அல்லது கண்டிப்பு மிக்க பெற்றோர்	19%	பள்ளி/கல்லூரியில் அதிக வேலை 17%	புரிந்து கொள்ளாத அல்லது கண்டிப்பான பெற்றோர் 20%
போட்டியிடும் சகோதர சகோதரியர்	17%	போட்டியிடும் உடன் பிறந்தோர் 10%	போட்டியிடும் உடன்பிறந்தோர் 11%
மோசமான ஆசிரியர்கள்	15%	9%	11%
பிற பிரச்சினைகள்	20%	3%	6%

ஸ்டான்லி ஹால் (Stanley Hall) போன்ற அறிஞர்கள் குமரப் பருவத்துச் சிக்கல்களை மிகவும் வலியுறுத்தியுள்ளனர் அல்லவா! இச் சிக்கல்கள் குமரப் பருவத்திற்கே உரியவை எனில் முதிர்ச்சிப் பருவம் அடைய அடைய இவை குறைய வேண்டுமன்றோ ! இவ்வாறு குறைகின்றனவா என அறியவே பரமேசுவரன் தன் ஆய்வை மேற்கொண்டார். இவ்வாராய்ச்சியில் 238 உயர்நிலைப் பள்ளி மாணவர்களும் கல்லூரி மாணவர்களும் பங்கு பெற்றனர். இவ்வாறு 14 வயதுடைய 65 பேரும், 15 வயதுடைய 85 பேரும், 16 வயதுடைய 88 பேரும் இவ்வாராய்ச்சியில் பங்கு கொண்டனர். இதில் வெவ்வேறு பொருளாதார நிலையினின்று வருபவர்களும், கல்வி நிலை பெற்றவர்களும், நகர-கிராமச் சூழ்நிலை கொண்டோரும் பங்கு பெற்றனர். இவர்களது பொருத்தப்பாடுபற்றி அறிய 110 கேள்விகள் கொண்ட ஓர் பொருத்தப்பாட்டுக் கேள்விநிரலை இவ்வாய்வாளர் தயாரித்துப் பயன்படுத்தினர். இவ்வாய்வு முடிவுகள் 15 வயதளவில் பிரச்சினைகள் மிகுந்திருப்பதாகவும், பொதுவாக வயது அதிகரிக்க அதிகரிக்கத் தவறான பொருத்தப்பாடுகள் குறைகின்றன என்றும் எடுத்துக்காட்டுகின்றன.

15. முதிர்ச்சிப் பருவமும் உளநலமும்

தொழிலைத் தேர்ந்தெடுத்தல்

குமரப் பருவம் நிறைவுற்று முதிர்ச்சிப் பருவமடையும் பள்ளி அல்லது கல்லூரியின் இறுதியாண்டு மாணவர்களிடம் சிந்தனையைத் தூண்டும் ஒரு பிரச்சினையாக அமைவது ஓர் தொழிலைத் தேடுவது ஆகும். குழந்தைப் பருவத்தில் உண்மை உலகினைப்பற்றிக் கருதும் அவசியமே இல்லை. நம் மனத்திற்குப் பட்ட தொழிலிலெல்லாம் சேர்ந்துவிடலாம் என்ற இன்பக் கற்பனையே பெரிதும் காணப்படுகிறது. ஆனல், வயதுவந்த நிலையில் ஒருவர் மனம் போன போக்கில் எதனையும் விரும்ப இயலுவதில்லை. கைகூட வல்ல காரியங்களை எண்ணியே திட்டமிட வேண்டியிருக்கிறது. நம்மில் சிலர் ஓர் தொழிலைப் பல ஆண்டுகளுக்கு முன்பே தேர்ந்தெடுத்து அதற்காகத் தங்களைத் தயார் செய்து கொள்கின்றனர்; ஒருசிலர் ஒருசில குறிப்பிட்ட தொழில்களில் அக்கறை காட்டுகின்றனர் ; ஒருசிலர் எதுவுமே புரியாமல் தவிக்கின்றனர்.

இன்று பல்வேறு தொழில்கள் சமூகத்தில் பரந்து கிடக்கின்றன. இவற்றில் பல குழுக்கள் குழுக்களாக அமைகின்றன. ஒவ்வொரு குழுவும் பொதுவான பல பண்புகளை வேண்டி நிற்கின்றன. எனவே, தொழிலைத் தேர்ந்தெடுக்க விரும்பும் ஒருவர் இத்தொழிற் குழுக்களின் தன்மைகளை நன்கு அறிந்திருக்க வேண்டியுள்ளது. முதலில் தனது திறமைகளையும், நாட்டங்களையும், குணங்களையும், குறிக்கோள்களையும், வரம்புகளையும் நன்கு அலசி ஆராய்ந்து கொள்ள வேண்டியிருக்கிறது. இவ்வாறு தன்னையும், தான் விரும்பும் தொழிலையும் நன்கு புரிந்துகொண்ட ஒருவராலேயே வெற்றிகரமாக ஓர் தொழிலைத் தேர்ந்தெடுக்க முடியும்.

தொழிலைத் தேர்ந்தெடுப்பதில் தனியாள் வேறுபாடுகள்

ஓரளவு மதிப்பு வாய்ந்த அலுவல்கள் அனைத்துமே ஒருவரது அடிப்படைத் தேவைகளைப் பெருமளவு தீர்க்கவல்லவையாக இருக்கின்றன. ஆனல், ஒருசில அலுவல்கள் ஒருசில குறிப்பிட்ட வகை

யில் அதிக மன நிறைவளிப்பவையாயும், வேறு சில வகையில் அவ்வளவாக நிறைவூட்ட இயலாமல் இருப்பவையாயும் காணப்படுகின்றன. சான்ருக ஓர் அலுவலில் பெருமளவு ஊதியம் கிட்டாவிட்டாலும் புகழ், மதிப்பு ஆகியவைகளை அதிகமாக அளிப்பனவாக அமைதலைக் கூறலாம். எனவே, அலுவலைத் தேர்ந்தெடுப்பதற்கு முன் ஒருவர் தனது வாழ்வில் குறிக்கோள்களை நன்கு திட்டமிட்டுத் தீர்மானித்துக்கொள்ள வேண்டியிருக்கிறது.

ஒருவர் கொண்டுள்ள குறிக்கோள்கள் இருவிதங்களில் அமையலாம். ஒன்று அவை உண்மையியல்பானவையாக நடைமுறையில் சாத்தியமானவையாக இருக்கலாம்; அல்லது அடைய முடியாதவையாக ஏமாற்றத்திற்கும் மன முறிவிற்கும் வழி வகுப்பனவாக அமையலாம். எனவே, ஓர் அலுவலைத் தேர்ந்தெடுப்பதில் வெற்றி பெறுதலும் வாழ்வின் குறிக்கோள்களைச் சார்ந்தவையாகவே இருக்கின்றன. எனவே, பொருத்தமான நடைமுறைக்கு ஏற்ற வாழ்வின் குறிக்கோள்களைக் கொள்ளுதல் தொழிலைத் தேர்ந்தெடுக்கப் பெரிதும் உதவுகிறது எனலாம்.

தொழில் தேர்விற்கு அடிப்படையாக அமைவனவற்றுள் அக்கறைகள் (interests), திறமைகள் (abilities), நுண்ணறிவு (intellegence), நாட்டங்கள் (aptitudes) போன்றவை முக்கியமாக உள்ளன. இவைகளை ஆராய்ந்தறிந்து அதற்கான தொழிலைத் தேர்ந்தெடுப்பது முக்கியம்.

தொழில்வழிப்படுத்துதலின் முக்கியத்துவமும் அதில் பெற்ருேர் பெறும் பங்கும்

இந்தியத் துணைக் கண்டம் போன்ற பெருநாடுகளில் தொழில் வளம் விரைந்து பெருகப் பெருக வாழ்வின் பல பகுதிகளும் மிகவும் சிக்கல் வாய்ந்தவையாக மாறத் தொடங்குகின்றன. இத்தகைய சிக்கல் தொழில்களில் காணப்படும் முன்னேற்றத்தில் பிரதிபலிப்பதனை நாம் காணலாம். இன்று சிறப்பான திறன்கள் தேவைப்படும் அலுவல்கள் பல தோன்றியுள்ளன. இவற்றிற்கான சிறப்பான பயிற்சியும் அவசியமாகின்றது. மேலும் இவற்றில் திறமையுடன் செயல்பட குறிப்பிட்ட ஆளுமைப் பண்புகளும் வேண்டப்படுகின்றன. ஆனல், இன்று பல இளைஞர்கள் எவ்விதத் திட்டமும் நோக்கமும் இன்றி இவற்றில் புகுந்துவிடுகின்றனர்; பலர் அவ்வாறு தவருகத் தேர்ந்தெடுத்த அலுவலினின்று இன்னென்றிற்கு மாறிய வண்ணம் இருக்கின்றனர்; ஏனையோரில் பலர் கிலி மிகுந்தவர்களாகத் தீர்மானம் எதுவும் இன்றி அல்லற் படுபவர்களாக வருந்துகின்றனர். ஏனையோர் தங்களுக்குப் பொருத்தமில்லாத அலுவலில்

போராடிக்கொண்டு மனமுறிவுகளாலும் தோல்விகளாலும் தாக்கப்பட்டவண்ணம் காலத்தைக் கடத்துகின்றனர். அண்மையில் நடந்த ஆய்வின் முடிவுகளை இங்குச் சான்றாகக் கூறலாம். இவ்வாய்வில், 'நீங்கள் மீண்டும் 18 வயதிற்குத் திரும்பிச் சென்று புதிதாக வாழ்க்கையைத் தொடங்குவதாகக் கொண்டால், அந்நிலையில் நீங்கள் இன்று பார்த்துவரும் அலுவலை அல்லது தொழிலைத் தவிர்த்து வேறு தொழிலைத் தேர்ந்தெடுப்பீர்களா ?' என்று வினவப்பட்டது. இக் கேள்விக்கு 41 சதவிகிதத்தினர் 'ஆம்' என்று பதிலளித்தனர். இவ்வாறு 'ஆம்' என்று பதிலளித்தோரில் 45 சதவிகிதத்தினர் ஆண்கள். இவ் ஆண்களில் 61 சதவிகிதத்தினர் தொழிற்சாலையில் பணிபுரியும் தொழிலாளர்கள்; மற்றபடி உயர் தொழில் புரிவோர் 21 சதவிகிதத்தினரும் இக் குழுவில் இடம் பெறுகின்றனர். இத்தகைய விடை இவர்களனைவரும் தாங்கள் தற்போது பார்த்துவரும் தொழிலில் அவ்வளவாக மன நிறைவு கொண்டிருப்பதில்லை என்பதனை எடுத்துக் காட்டுகின்றது. உரிய வகையில் இவர்களெல்லாம் தொழில்வழிப்படுத்தப்பட்டிருப்பின் இத்தகைய மன நிறைவின்மையைப் பெரிதும் தவிர்த்திருக்கலாம் அன்றோ !

தொழிற்சாலையும் இல்லமும்

ஒருவன் தன் தொழிலில் மகிழ்வற்றிருப்பின் அவனது இல்ல மகிழ்ச்சியும் பாதிக்கப்படுகிறது என்பது உறுதியான ஓர் உண்மை. பணிபுரியும் இடமும் இல்லமுமே ஒருவன் தன் வாழ்வின் முக்கியமான பெரும் பகுதியினைக் கழிக்கும் இடங்களாகும். எனவே, ஒருவன் எந்தத் தொழிலில் நன்கு சேவை செய்ய இயலும் என்றும், மன மகிழ்ச்சியோடு இருக்க இயலும் என்றும் கண்டறிய மிகத் திறமையான வழிமுறைகளைக் கையாளுதல் மிகவும் அவசியம். ஒருவன் தனக்குள்ள திறமைகளை நன்குணர்ந்துகொண்டு அவற்றிற்கு ஏற்ற ஓர் தொழிலைத் தேர்ந்தெடுத்து ஏற்று அதற்கான குறிக்கோளை அடைவதற்கான முயற்சிகளை மேற்கொள்ள உதவுவதனையே தொழில் வழிப்படுத்தல் என்கிறோம்.

இவ்வாறு தொழில் வழிப்படுத்துதலில் ஏனைய எவரையும் விடப் பெற்றோரே முக்கியமான பெரும் பங்கு கொண்டுள்ளனர். பெற்றோரன்றி வேறு எவரும் ஒருவரது வெற்றியில் அத்துணையளவு உண்மையுடனும் ஆர்வத்துடனும் இருப்பது இயலாது. அன்றியும் பிறரைவிடத் தங்கள் குழந்தைகளின் பண்புகளைப் பற்றிப் பெற்றோரே நன்கு உணர்ந்திருப்பர். பிறந்ததிலிருந்து முதிர்ச்சியடைதல்வரை ஒருவருடன் மிக நெருங்கிப் பழகுபவர்கள் பெற்றோரே. ஆனால், இத்தகைய சிறப்பான வாய்ப்புகள் பலவற்

றையும் பெரும்பாலான பெற்றோர்கள் ஒருசில குறைபாடுகளால் பயன்படுத்திக்கொள்ளத் தவறுகின்றனர்.

பெற்றோர்களிடம் காணப்படும் குறைகள்

'காக்கைக்கும் தன் குஞ்சு பொன் குஞ்சு.' எனவே, பெரும்பாலான பெற்றோர் தங்கள் குழந்தைகளிடம் கொண்டுள்ள அன்பும், பெருமிதமும் அவர்களது குறைபாடுகளைக் காண இயலாமல் தடுத்துவிடுகின்றன. இதனால் இத்தகைய பெற்றோர் தம் குழந்தைகளின் திறமைகளை மிகையாகக் கணக்கிடுகின்றனர். இத்தகைய தீவிர மன எழுச்சிகள் பெற்றோர் தம் குழந்தைகளிடம் உண்மையிலேயே பொதிந்து கிடக்கும் திறன்களை உள்ளவாறு அறிந்துகொள்ள முடியாது செய்துவிடுகின்றன.

இன்னும் பல பெற்றோர்கள் தங்கள் குழந்தைகளும் தாங்கள் இளையவர்களாக இருந்தபோது பெற்றிருந்தது போன்றே ஒரே விதமான நுண்ணறிவும், அக்கறைகளும், திறமைகளும், ஆவல்களும் கொண்டிருப்பதாக முழு மனத்தோடு நம்புகின்றனர். தங்கள் பெற்றோர் விரும்பிய ஒரே காரணத்திற்காகத் தனக்குப் பொருத்தமற்ற ஓர் தொழிலில் வாழ்நாள் முழுதும் அவதியுறும் ஒருசிலரை நாம் காண இயலும். தான் மருத்துவராக வேண்டும் என்று மிக விழைந்து முயன்று வெற்றி காணாது பொறியாளனாகச் சேர்ந்த ஒருவர் தனது மகன் மருத்துவம் படித்துத் தேறி மருத்துவராகப் பணிபுரிவது நிச்சயமாகப் பெருமித உணர்வையும் மன நிறைவையும் அளித்தல் கூடும். ஆனால், அவ்வாறு மருத்துவனாக மாறிய மகன் மருத்துவர்க்குத் தேவையான எண்ணிறந்த பண்புகளும் பெற்றிராத நிலையில் தனது தொழிலில் மிகமிக மகிழ்ச்சி அற்றவனாக விளங்குவது இயல்பே. அவன் எரிந்து விழுபவனாகவும், அதிகாரம் செலுத்துபவனாகவும் வீட்டில் காணப்படுவான். பொதுவாகத் தனது பெற்றோருடனும் மற்றோருடனும் கொள்ளும் உறவுகளில் மிகவும் மகிழ்வற்றவனாகவே காணப்படுவான். குழந்தைகள் தங்கள் பெற்றோரிடமிருந்து நுண்ணறிவு, திறமைகள், அக்கறைகள் ஆகியவற்றில் பெரிதும் மாறுபடுவதனை ஆராய்ச்சிகள் எடுத்துக்காட்டியுள்ளன. எனவே, பெற்றோர்கள் தங்கள் குழந்தைகள் கொண்டுள்ள திறமைகள், அக்கறைகள் ஆகியவற்றிற்கேற்ப உரிய தொழில்களைத் தேர்ந்தெடுப்பதற்கு உதவிபுரிதல் மிகவும் அவசியம்.

பெற்றோர்களின் ஆதிக்க நோக்கும் பணிவு நோக்கும்

பெற்றோர்களிடையே இருவகையான மனப்பாங்குகள் காணப்படுகின்றன. ஒருசில பெற்றோர் ஆதிக்க நோக்குடையவர்களாக

வும், சிலர் பணிவு நோக்குக் கொண்டவர்களாகவும் இருக்கின்றனர். ஆதிக்க நோக்கினர் தாங்கள் தங்கள் குழந்தைகளின் நல்வாழ்விற்கான அக்கறைகளிலேயே செயலுறுவதாக முற்றிலும் கருதுகின்றனர். எனவே, தங்கள் குழந்தைகளுக்குத் தாங்கள் தேர்ந்தெடுக்கும் அலுவல்களே மிகச் சிறப்பானது என்று இவர்கள் தீர்மானிக்கின்றனர்.

பெற்றோர்கள் தொழில்கள்பற்றிக் கொண்டுள்ள 'மதிப்பும்' தொழில்வழிப்படுத்தலை மிகவும் பாதிக்கின்றது. எந்த ஒரு சமூகத்திலுமே மருத்துவர், பொறியியலர், அறிவியலர் போன்ற தொழில் நிபுணர்கள் பெரிதும் மதிக்கப்பெறுதலும், ஃபிட்டர் (fitter), கருமர் (blacksmith) போன்றோர் அவ்வளவாக மதிப்பாகக் கருதப்படாதிருத்தலும் இயற்கையே. எனவே, பெற்றோர் தங்கள் குழந்தைகளை மதிப்பு மிக்க தொழில் துறைகளிலேயே சேர்க்க விரும்புவதில் விந்தையெதுவுமில்லை. ஆனால், இத்தகைய தொழில்கள் மிகக் குறைந்த அளவே சமூகத்தில் காணப்படுகின்றன. அன்றியும் இவற்றிற்குச் சிறப்பான திறமைகள் பலவும் தேவைப்படுகின்றன. பெற்றோரும், அவர்களால் ஊக்குவிக்கப்பட்ட குழந்தைகளும் உண்மை நிலை குறித்து எள்ளளவும் கவலைப்படாது இத்தகைய தொழில்களில் சேரவே போட்டியிடுகின்றனர். இதன் விளைவாக மன முறிவும் ஏமாற்றமுமே ஏற்படுகின்றன.

பெற்றோர் கடமை

உழைப்பின் பெருமையைப் பெற்றோர் தங்கள் குழந்தைகளுக்குக் கற்பித்தல் அவசியம். ஒவ்வொரு வேலையும் சமூகத்தில் அதற்காக உள்ள தேவைக்கு ஏற்ப மதிப்புப் பெற்றிருப்பதனைப் பெற்றோர் உணர்ந்து செயல்பட முற்படவேண்டும். அன்றியும் குறிப்பிட்ட தொழிலில் திறமையுடன் விளங்குதலே பெருமைப்படுவதற்கு உரிய பண்பு என்பதனை பெற்றோர் எடுத்து விளக்க வேண்டும். சான்றாகக் கண்ணனிடம் ஒருசில திறமைகள், அக்கறைகள், ஓரளவு நுண்ணறிவு ஆகியவை இயல்பாகவே இருக்கின்றன. இவைகள் அனைத்தும் டர்னராக (turner) வெற்றிகரமாக விளங்குவதற்கே அடிப்படையானவை; இவை ஆசிரியர் பணிக்கு உதவுபவை அல்ல. இந்நிலையில், கண்ணனைப் பொறுத்தவரை டர்னராக விளங்குவதே பெருமை தரும். போதிய திறமையின்றி ஓர் தொழிலில் பணிபுரிவதே இழிவு. உரிய பணியைச் செம்மையாகச் செய்தலே உயர்வு.

தொழில்வழிப் படுத்துவதற்குப் பல பெற்றோர்கள் ஜாதகங்களையும், கைரேகைகளையும், இன்னபிற போலி உளவியல் முறை

களையும் பெரிதும் நம்புவதை நாம் காண்கிறோம். இது அபாயகரமானது. ஒருவன் தனக்காக அறிவுபூர்வமான முறையில் முடிவுகள் எடுப்பதற்குக் கல்வி, அறிவியல் ஆகியவற்றின் வழிமுறைகளால் உதவுவதே தொழில்வழிப்படுத்துதலில் சிறப்பானதாகும். ஒருவனது தொழிலை ஒரே ஓர் அடிப்படையில் தேர்ந்து எடுத்துவிடுதல் இயலாது. ஒருவனது நுண்ணறிவு உரிய நுணுக்கங்களின்படி அளவிடப்படவேண்டும். நுண்ணறிவு ஈவு 20-லிருந்து 200 வரை பரவியிருக்கிறது என அறிவோம். 90—110 வரை பெற்றுள்ளவர்களே சாதாரண நுண்ணறிவுடையவர்கள் எனப்படுவர். ஓர் குறிப்பிட்ட அளவு நுண்ணறிவுடையவர்களாலேயே ஒருசில தொழில்களில் திறமையுடன் செயல்பட இயலும். ஒரு தொழிலிற்குத் தேவையான அளவு நுண்ணறிவு இல்லாவிடில் அத் தொழிலைத் திறமையாகச் செய்ய இயலாது. தேவைக்கும் அதிகமான நுண்ணறிவு இருப்பின் அத் தொழிலில் மன நிறைவு ஏற்படாது. அதேபோல் ஒவ்வொரு தொழிலுக்கும் ஒருசில சிறப்பான திறமைகளும், அக்கறைகளும், நாட்டங்களும், ஆளுமைப் பண்புகளும் தேவைப்படுகின்றன. இவையனைத்தையும் போதிய அளவு அளவிட்டறிந்த நிலையிலேயே ஒருவனைத் தொழில்வழிப்படுத்த இயலும். அன்றியும் பொறி நுணுக்கவியல், இன்றைய கண்டுபிடிப்புகள் ஆகியவற்றில் அவ்வப்போது ஏற்படும் மாறுதல்கள் ஒவ்வொரு தொழிலின் அமைப்பையும் பாதிக்கின்றன. இவ்வாறு மாறியவண்ணம் அமையும் தொழில்களில் பணிபுரிவதற்கு அடிப்படையாக வேண்டிய நுண்ணறிவு, திறமைகள் போன்றவையும் மாறுதல் இயல்பே. தொழில்வழிப் படுத்தும்போது இத்தகைய பிரச்சினைகளை எல்லாம் உரிய வகையில் தீர்த்திடல் அவசியம்.

தொழில்வழிப்படுத்தும் நிலையங்களின் பங்கு

மாநில, மத்திய அரசுகளின் உதவியால் இன்று நம் நாடெங்கும் தொழில்வழிப்படுத்தும் நிலையங்கள் இயங்கிவருகின்றன. சென்னையில் 'தொழில் அமர்த்தும் நிலையத்தின்' (employment exchange) அதிகாரிகளால் கல்லூரி, பல்கலைக் கழக மாணவர்களுக்கு உதவியாகச் சென்னைப் பல்கலைக் கழகத்தில் உள்ள உளவியல் துறையிலுள்ளவரும் தொழில்வழிப்படுத்துதலை மேற்கொள்ளுகிறார். பெற்றோர் தங்கள் மக்களுடன் இத்தகைய அதிகாரிகளைச் சந்தித்து ஒரு சிறிது காலத்தைச் செலவிட்டால் தொழிலைத் தேர்ந்தெடுப்பதில் பெரும் பயன் பெறுவர். இத்தகைய அதிகாரிகள் குறிப்பாக ஒருசில அலுவல்களைப் பெற்றுத் தராமல் போனாலும் போகலாம். ஆனால், அவர்கள் கட்டாயமாகத் தவறான தொழில்களில் சேர்ந்து துன்புறுவதனைத் தடுத்து நிறுத்தி

விட முடியும். மேலும் நம்மிடையே வெகு காலம் நிலவிவரும் சில தவறான கருத்துகளையும் இவர்கள் அகற்றுவர். சான்றாகப் 'படித்தோர் வேலையில்லாத் திண்டாட்டம்' பற்றியே நாம் பெரிதும் பேசிவருகின்றோம். ஆனால், உண்மையில் குமாஸ்தா (clerk) போன்ற அலுவலக வேலைகளுக்கே இத்தகைய போட்டி நிலவுகின்றது. தொழில் நுணுக்கம் தேவைப்படும் எண்ணற்ற தொழில்கள் தகுந்த பயிற்சி பெற்றோர் எவரும் இன்றி காலி யாகவே இன்றும் இருக்கின்றன. அலுவலக வேலையே 'உயர்ந்தது', உடல் உழைப்பினை வேண்டும் அலுவல்கள் 'தாழ்ந்தவை' என்று பொதுமக்களிடம் நிலவும் தவறான நோக்கே இந்நிலைக்குக் காரண யாக விளங்குகிறது. இத்தகைய உடல் உழைப்புக் கொண்ட அலுவல்களைப்பற்றிச் சிறந்த மதிப்பினைத் தங்கள் குழந்தைகளிடம் பெற்றோர் வளர்த்துக்கொள்ள மாட்டார்களா ?

இளைஞர்களின் வாழ்வில் சிறந்த தொழில் தேர்வு எவ்வளவு முக்கியமோ, அவ்வளவு முக்கியமாகத் தங்களுக்கு உகந்த ஆண், பெண் தேர்வு அமைகிறது. இதனைப் பின்வரும் பகுதியில் விளக்குவோம்.

திருமணப் பொருத்தப்பாடு

முதிர்ச்சிப் பருவத்தில் காணப்படும் முக்கியமான பிரச்சினை களில் ஒன்று திருமணப் பொருத்தப்பாடு ஆகும். ஒவ்வொரு கலாசாரத்தினருக்கும் ஒவ்வொரு விதமாகப் பொருள்படுகின்றது. சமோவா (Samoa) என்னும் தீவில் கணவனும் மனைவியும் விரும்பிய நிலையில் ஒருவரையொருவர் பிரிந்து செல்ல இயலு கிறது; திருமணமும் ரத்து ஆகிவிடுகிறது. நமது பண்பாட்டிலோ திருமணம் தனியவன்-சமூக வளர்ச்சியின் ஓர் உயர்நிலையாகக் கருதப்படுகிறது. மத நூல்கள் திருமணத்தைப் புனிதமானதாக வருணிக்கின்றன. இருப்பினும் நமது சமூகத்தினுள்ளேயே திருமண மான தம்பதியர் பலர் நல்ல உணர்ச்சிக் கோப்பு இன்றி, நோக்குகள் வேறுபாடுகள் மிகுந்து காணப்படுவதனையும் விவாக ரத்திற்கு (divorce) விரும்பி நிற்பதையும் காண்கிறோம்.

காவியக் காதல், உறவு முறை, பால் தூண்டல்களின் புனிதமாக்கம் ஆகியவையனைத்தும் இணைந்த ஒன்றே திருமணம். நட்பு, கூட்டாளி உறவு, பால் கவர்ச்சி ஆகியவற்றில் காணப்படும் உறவு முறைகளின் இணைப்பே திருமணம். மாற்றுப் பாலாருடன் பல முறை மேற்கொண்ட நட்பின் விளைவாக ஏற்படும் காதலின் அடிப்படையில், சமூக, தன்மை இவற்றால் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட ஒருவருடன் கொள்ளும் உறவாகத் திருமணம் செய்தல் அமைகின்றது.

திருமணம்பற்றிய சில கருத்துப்பாடுகள்

திருமணம் நமது பண்பாட்டிலும் மிக உயர்ந்ததாகவே கருதப்படுகிறது. திருமணமான மாணவர்கள், திருமணமாகாத மாணவர்களைவிட அதிக மகிழ்ச்சியுடையவர்களாகத் தங்களைக் கருதுகின்றனர். ஒருசில புள்ளிவிவரங்கள் மணமான நிலை, தனித்திருப்பதைவிட ஆரோக்கியமான நிலையாக இருப்பதாக எடுத்துக் காட்டுகின்றன. மாணவர்களில் பெரும்பாலோர் மணம் செய்துகொள்ளவே விரும்புகின்றனர். பெண்கள் வேலை செய்வதைவிட மணம் செய்துகொள்ளவே பொதுவாக விரும்புகின்றனர். 65 வயதிற்கும் மேற்பட்டவர்கள் 35 வயதிலிருந்து 40 வயது வரையே தாங்கள் மிக மகிழ்வாக இருந்ததாகவும், இம் மகிழ்ச்சிக்குத் தங்கள் திருமணமும் குடும்ப வாழ்க்கையும் காரணமாயிருந்ததாகவும் கூறுகின்றனர். மண வாழ்வில் மகிழ்வற்றவர்கள் மணத்தைக் குறை கூறுவதில்லை ; இவர்களில் ஒருசிலரே மீண்டும் மணம் செய்து கொள்வதில்லை என்று கூறுகின்றனர் ; மணவாழ்வில் இன்பமற்றவர்களில் பாதிப் பேர் மட்டுமே திருமணத்தைப்பற்றிச் சிந்தித்துள்ளனர். மணத்தின் விரும்பத்தக்க பண்புகளைக் கூறுவதால் மணம் அனைவர்க்கும் இனிமையான ஒன்றென்று கருதுதல்கூடாது. மணப் பொருத்தப் பாட்டிற்கு ஏற்ற முன்னேற்பாடுகள் அற்ற ஒருவனுக்கு திருமணம் ஓர் பெரும் பிரச்சினையாக மாறுவதுண்டு.

வெற்றிகரமாக மண வாழ்வு நடத்துவோருக்கும், மண வாழ்வில் தோல்வியுற்றோருக்கும் பல உளவியல் சோதனைகள் அளித்து, அவர்களுக்கிடையே உள்ள வேறுபாடுகளைக் கண்டறிந்துள்ளனர். இத்தகைய ஆய்வுகளில் கணவனும் மனைவியும் தனித்தனியே கேள்வித்தாள்களை நிறைவு செய்து தங்களைப்பற்றிய உண்மைகளை வெளியிடுகின்றனர். அன்றியும் முறையாக ஒவ்வொருவரையும் கண்டு பேசியும் விவரங்கள் சேகரிக்கப்படுகின்றன. தம்பதியரது வாழ்க்கை வரலாறுகளும் சேகரிக்கப்பட்டு ஆராயப்படுவதுண்டு. இவையன்றி, குடும்பத்தை விட்டு விலகுதல், மண ரத்து போன்ற நிகழ்ச்சிகள் பற்றிய புள்ளிவிவரங்களும் சேகரிக்கப்பட்டு ஆராயப்படுகின்றன. இத்தகைய ஆய்வுகள் அமெரிக்கா போன்ற மேல்நாடுகளிலேயே நடைபெற்றுள்ளன. இவ்வாய்வில் பங்குறுவோர் மேல்நிலைக் கலாச்சார நிலையினைச் சார்ந்தோராயும், மேலான அல்லது சராசரிக்கும் மேற்பட்ட கல்வியறிவு கொண்டோராயும் காணப்படுகின்றனர். எனவே, இவ்வாய்வு முடிவுகளை நாம் அப்படியே ஏற்றுக்கொள்ள இயலாதெனினும், இவற்றினின்று

பொதுவான அடிப்படை உண்மைகள் பலவற்றை அறிந்து கொள்ள இயலும் என்பதை மறுப்பதற்கில்லை.

மேலே கூறப்பட்ட ஆய்வுகள் அமெரிக்க மணங்களில் 15%லிருந்து 30% வரை மகிழ்வற்றவையாகக் காணப்படுகின்றன என்று காட்டுகின்றன. அன்றியும் நடைபெறும் மணங்களின் எண்ணிக்கையின் மூன்றில் ஒரு பங்கு அளவிற்கு மண ரத்துகள் நடைபெறுகின்றன. 40% தம்பதியினர் தங்கள் மண வாழ்வு மிக மகிழ்ச்சிகரமானதாக விளங்குவதாகக் குறிப்பிட்டுள்ளனர். மண வாழ்வின் மகிழ்ச்சி ஆண்டுகள் செல்லச் செல்லக் குறைவதில்லை. திருமணத்தில் நம்பிக்கையும், உண்மையிலேயே மண வாழ்வு சிறக்க வேண்டுமென்ற ஆவலும் கொண்டு மணம் செய்துகொண்ட நிலையிலும் ஒரு சிலரது மண வாழ்வு அவ்வாறு அமைவதில்லை. இதற்கான காரணம் பெரும் புதிரன்று. மண வாழ்வின் வெற்றிக்கான காரணங்களைப்பற்றிப் போதிய அறிவற்ற நிலையில் மண வாழ்வில் மேற்கொள்ள வேண்டிய உறவுமுறையின் தன்மைபற்றி அறியாது, மண வாழ்வில் ஏற்படவிருக்கும் தவறுகள் (traps) பற்றிய எண்ணமின்றியே இத்தகையோர் திருமணம் செய்துகொள்வதே இம் மண வாழ்வின் தோல்விக்கான பெருங்காரணமாக விளங்குகிறது.

அக்கறைகள், நோக்குகள் ஆகியவற்றின் ஒருமித்த தன்மை

நட்பிற்கு வேண்டிய பண்புகளான ஒத்த அக்கறைகள், நோக்குகள் திருமண வெற்றிக்கு வேண்டப்படுகின்றவைகளாகும். மண வாழ்வில் வெற்றிகரமாக விளங்கும் தம்பதியினர் பெரிதும் பொழுதுபோக்கு, மதம், பழக்கவழக்கங்கள், பழமை பேணுதல், வாழ்வின் தத்துவம், நண்பர்கள், குழந்தைகளைப் பேணுதல், குடும்பப் பொருளாதாரம் ஆகியவற்றில் மனம் ஒத்து இருப்பதாகக் காணப்படுகின்றனர். இவர்களிடம் வெளி அக்கறைகளும் (outside interests) அதிகமாகக் காணப்படுகின்றன.

மகிழ்வற்ற மண வாழ்வினரிடம் மன வேறுபாடுகள் (disagreements) அதிகமாகக் காணப்படுகின்றன. வெற்றிகரமான மண வாழ்வு கொண்ட ஆண்களிடம்கூட ஒருசில மன வேறுபாடுகளுக்கான ஆதாரங்கள் காணப்படுகின்றன. ஆனால் தோல்வியடைந்த ஆண்களிடம் இத்தகைய ஆதாரங்கள் மும்மடங்கு அதிகமாகக் காணப்படுகின்றன; பெண்களிடம் இருமடங்கு அதிகமாக இவ்வாதார நிலைகள் காணப்படுகின்றன. மேற்போக்கான மன ஒருமைப்பாடுகளைவிட ஆழ்ந்த ஒருமைப்பாடுகளே மண வாழ்வின் வெற்றியைத் தீர்மானிக்கின்றது. எனவே, ஒத்துப்போதல் மண வாழ்வின் வெற்றிக்கு முக்கியமெனக் கூறலாம்.

பொருளாதார நோக்குகள்

மண வாழ்வில் பொருளாதாரம் சாதாரணமாக அதிகமான பங்கு பெறுவதில்லை. என்றும் கடன்பட்ட நிலையிலும், வேலை யில்லாத திண்டாட்ட வேளையிலுமே இவைகள் மண வாழ்வில் சிக்கல்களை மிகுதிப்படுத்துகின்றன. வருவாயை எவ்வாறு செல விடுவது என்பதில் ஒத்த நோக்குகள் இல்லாமையாலேயே பொரு ளாதாரப் போராட்டங்கள் மண வாழ்வில் தோன்றுகின்றன. ஒத்த நோக்குகள் இருக்கும் நிலையில் அவை ஏற்படுவது அரிது. பொருளாதார அளவு நிலையைக் காட்டிலும் ஒழுங்கான நீடித்த அலுவலின்மூலம் வரும் பாதுகாப்பும் நிலைத்த பொருளாதாரத் தன்மையுமே மண வாழ்வின் மகிழ்விற்கு அடிப்படையாக அமைகின்றன.

சொந்தப் பண்புகளில் ஒத்திருத்தல்

சொந்தப் பண்புகள் அனைத்துமே ஒருங்கே ஒத்திருத்தல் வேண்டும் என்று கூறுவதற்கில்லை. தம்பதியினருக்கிடையே உள்ள வயது வேறுபாட்டால் மண வாழ்வு பாதிக்கப்படுவதில்லை. அன்றியும் மணவாழ்வு மகிழ்ச்சிகரமாக அமைய கணவனின் வயது மனைவியின் வயதைக் காட்டிலும் அதிகமாயிருக்கவேண்டும் என்று கூற ஆதாரமில்லை. மண வாழ்வுப் பொருத்தப் பாட்டிற்குக் குணநலன்கள் ஒத்திருத்தலே மிக அவசியமாகும்.

பொதுவாக 20 வயதுக்குமுன் மணம் செய்துகொண்டோரது மண வாழ்வு வெற்றிபெறுதல் அரிது. அதேபோல் 30 வயதிற்கு மேல் மணம் புரிந்துகொண்ட பெண்களும் 35 வயதிற்குமேல் மணம் செய்துகொண்ட ஆண்களும் நீடித்து மகிழ்வான மண வாழ்வு நடத்துவதில்லை என்று மண முறிவுபற்றிய புள்ளி விவரங்கள் எடுத்துக்காட்டுகின்றன. எனவே, மண வாழ்வின் வெற்றிக்கு ஓர் குறிப்பிட்ட வயதுபரப்புச் சிறப்பானதாகக் கருதப்படுகிறது. இதற்கு மன எழுச்சி முதிர்ச்சியே அடிப் படையாக அமைகிறது. விரும்பத்தகாத பண்புகளைப் பெற்ற நிலையிலும் மண வாழ்வு வெற்றிகரமாக விளங்குதல் உண்டு. இதற்குத் தம்பதியினர் இருவருமே அத்தகைய பண்புகளைப் பெற்றிருத்தலே அடிப்படைக் காரணம் ஆகும். தன்னம்பிக்கை யற்ற இரு தம்பதியினரும் மனம் ஒப்பி இருப்பதன் காரணமாக இக் குறைபாட்டையே பொருட்படுத்தாதுவிடுவதனை இதற்குச் சான்றாகக் கூறலாம்.

மகிழ்ச்சிகரமான குடும்பப் பின்னணி

மண வாழ்க்கையில் வெற்றி தோல்வி இவைகளுக்கு அடிப் படையாக மகிழ்ச்சிநிலை அமைகிறது. மண வாழ்வில் வெற்றி

காண்போரின் பெற்ருேரும் மணவாழ்வில் மகிழ்வானவர்களாகக் காணப்படுகின்றனர்; இவர்களிடம் தங்கள் பெற்ருேரிடம் மிக அதிக ஒட்டுதல் காணப்படுகின்றது; இவர்களுக்கும் பெற்ருேர் களுக்கிடையே சிக்கல்கள் காணப்படுவதில்லை. மேலும், தன்து தந்தையைப் போன்று தன் கணவன் உடற் கவர்ச்சியற்றிருப்ப தாகக் கருதும் மனைவியும், தனது மனைவி தன் தாயினைப் போல் உடல்வாகு பெற்றிருப்பதில்லை என்று எண்ணும் கணவனும் மண வாழ்வில் அவ்வளவாக மகிழ்ச்சி பெற்று இருப்பதில்லை. இதற்கு மாருகக் கணவன், மனைவியின் தந்தையைப் போன்றிருக்கும் இல்லங்களிலும், மனைவி கணவனின் தாயைப் போன்றிருக்கும் இல்லங்களிலும் மண வாழ்வின் மகிழ்ச்சி நிறைவேற விளங்குவ தாகவும் ஆராய்ச்சி முடிவுகள் காட்டுகின்றன. ஓர் உள மருத்துவர் 100 மணமான ஆண்களையும், 100 மணமான பெண் களையும் பேட்டி கண்டதில் மண வாழ்வில் மகிழ்ச்சியாக விளங்கும் கணவர்கள் தங்கள் தாயிடம் போதிய அளவு அன்பு கொண்டவர்களாக இருப்பதையும், மகிழ்வான மனைவியர் தங்கள் தந்தையிடம் அன்பு கொண்டவர்களாக இருப்பதை யும் கண்டதாகக் குறிப்பிட்டுள்ளார்.

குழந்தைகள் நிறைந்த குடும்பங்களில் பிறந்தவர்கள் மண வாழ்வில் நல்ல பொருத்தப்பாடு கொண்டிருக்கின்றனர். பெற்ருேர்களது மண வாழ்வின் அமைப்பினை ஒட்டியே மக்களின் மண வாழ்வின் அமைப்புப் பெரும்பாலும் அமைகிறது. மாற்றுப் பால் பெற்ருேருடன் ஒருவர் கொள்ளும் உறவு பிற்காலங்களில் காதலில் ஈடுபடுவோரது காதலரைத் தீர்மானிக்கிறது. பெற்ருேரது கவனத்தைப் பெருது மனமுறிவுற்ற குழந்தை மட்டுமே பின் வாழ்வில் தன் பெற்ருேரினும் முற்றிலும் மாறு பட்டவரைக் காதலிக்கிறது. ஒருவர் தன் பெற்ருேருடன் கொண்ட உறவு மட்டும் மணமக்களது வாழ்வை பாதிப்பதில்லை; ஒருவர் தன் மாமனர், மாமியார்பற்றிக் கொண்டுள்ள நோக்கு களும் ஒருவரது மண வாழ்வைப் பெரிதும் பாதிக்கிறது. மண உறவு கொள்ளும் இரு குடும்பங்களும் ஒரேமாதிரியான சமூகப் பின்னணிகொண்ட நிலையிலும், இரு குடும்பங்களும் ஒன்றை யொன்று ஏற்றுக்கொள்ளும் நிலையிலும் மண வாழ்வு மகிழ்ச்சி யாக அமைவதாக ஆய்வுகள் எடுத்துக் காட்டுகின்றன.

100 மணமான ஆண்களையும் 100 மணமான பெண்களையும் ஆராய்ந்த உள மருத்துவர்கள் பொதுவாகக் கணவனும், மனைவி யும் ஒத்த கல்வி உடையவர்களாக இருக்கும் நிலையில் மண வாழ்வின் மகிழ்ச்சி பெருகுவதாகக் கண்டுள்ளனர். உயர்ந்த

கல்வியும் மண வாழ்வின் மகிழ்ச்சிக்கு உதவுகிறது. அதேபோல் நாட்டு வேறுபாடும் (nationality) மத வேறுபாடுகளும் மிகக் குறைவாக இருத்தல் நன்று. திருமணத்திற்கு முன்பு கற்பு வழுவாமல் வாழ்ந்தவர்களது மண வாழ்வு மிக மகிழ்ச்சிகரமாக இருப்பதாக உளவியலறிஞர்கள் கண்டிருக்கின்றனர். பாலுணர்வு மிகையாக இருப்பவர்களின் மண வாழ்வு அத்துணை மகிழ்ச்சியாக இருப்பதில்லை. ஒத்த பாலுணர்வு கொண்ட மணமக்களது வாழ்வே மகிழ்ச்சிகரமாக இருக்கிறது.

'கண்டதும் கொண்ட' காதல்கள் நீடித்து மகிழ்வான மண வாழ்விற்கு வழிகோலுவதில்லை ; நீடித்துத் தொடர்ந்து ஏற்படும் பழக்கங்களால் நீண்ட காலம் தொடரும் தொடர்பே மண வாழ்வினை மகிழ்ச்சிகரமானதாக்குகிறது.

விவாதங்கள், பொறுமை, ஒழுக்கமின்மை போன்றவற்றால் மண வாழ்வில் துன்பமே மிகுகிறது என்று 1500 வரலாறுகளை ஆராய்ந்த அமெரிக்கச் சமூகப் பணி நிறுவனங்கள் ஆராய்ச்சி எடுத்துக்காட்டுகிறது. 9 சதவீதத்தினர் பொறுமையினாலும், 30% ஒழுக்கமின்மையினாலும், 41% தூற்றுதலினாலும் தங்கள் மண வாழ்வு முறிந்ததெனக் குறிப்பிட்டுள்ளனர். பணம்பற்றிய விஷயங்கள், நாத்தனார், கொழுந்தி, மாமனார், மாமியார், மைத்துனி போன்றோர், பழக்கங்கள், சரியாகக் கவனியா திருத்தல், கணவரது அல்லது மனைவியின் நண்பர்கள், தரங்கள் போன்றவை தங்கள் மண வாழ்வின் மகிழ்ச்சியை பாதிப்பதாகக் கூறுவதனை நாம் அவ்வாறே ஏற்பதற்கில்லை. திருமணப் பொருத் தப்பாட்டிற்கு ஏற்ற பக்குவமின்மையினையே இவை குறிக்கின்றன என்று கொள்ள வேண்டும்.

நிலையான சூழ்நிலை

விவாகரத்து பொதுவாக ஒவ்வொருவரது பண்பாட்டுப் பின்னணியைப்பொறுத்தே ஏற்படுகிறது. மதச் சடங்குகளுடன் நடைபெற்ற திருமணங்களில் ஏற்படும் விவாகரத்தைப் போன்று இரு மடங்கு வேறு வகையில் நிகழ்ந்த திருமணங்களில் ஏற்படு கிறது. நல்ல முன்மாதிரியாக விளங்கும் குடும்பத்தினர் வாழும் பகுதிகளில் வாழ்வோரது மண வாழ்க்கையே நிலைத்து நீடிப்பதாக அமைகிறது. சிறந்த மண வாழ்க்கைக்கான அடிப் படைக் காரணிகள்பற்றி ஆராய்ந்த உளவியலறிஞர்களில் லீவிஸ் டெர்மன் (Lewis M. Terman) முக்கியமானவர் ஆவர்.

டெர்மன் 800 தம்பதியர்களை ஆராய்ந்து மண வாழ்வின் மகிழ்வினைக் கீழ்க்காணும் 10 பின்னணிக் காரணிகளைக் கொண்டு முதலிலேயே எதிர்நோக்கிக் கூற முடியும் என்று கண்டுள்ளார்.

(1) பெற்றோரின் பெரு மகிழ்ச்சி.

(2) குழந்தைப் பருவ மகிழ்ச்சி.

(3) தாயுடன் பூசல் (conflict) இன்மை.

(4) கண்டிப்பான ஆனால் கொடூரமற்ற வீட்டு ஒழுக்கப் பயிற்சி.

(5) தாயுடன் அதிக ஒட்டுதல்.

(6) தந்தையுடன் அதிக ஒட்டுதல்.

(7) தந்தையுடன் பூசல் (conflict) இன்மை.

(8) பெற்றோர் பால் (sex) பற்றி வெளிப்படையாக இருத்தல்.

(9) குழந்தைப் பருவத்தில் தண்டனைகள் அடிக்கடி அளிக்கப் படாதிருத்தல்; தண்டனை பெறும் நிலையிலும் கடுமை யற்ற மென்மையான தண்டனைகளையே பெறுதல்.

(10) திருமணத்திற்கு முன்பு பால்பற்றி வெறுப்போ அருவெறுப்போ கொள்ளாத நோக்கினைக் கொண்டிருத்தல்.

16. முதியோர் பருவமும் உளநலமும்

கடந்த சில ஆண்டுகளாக ஒவ்வொரு தொழில்வள நாடு களிலும் முதியவர்களிடம் அதிக அளவு அக்கறை வளர்ந்துவரு கிறது. சமூகத்தில் வயது அதிகமானவர்களுக்கு ஏற்ற சில திட்டங்கள் தீட்டப்பெறுகின்றன. சான்ருக, நம் நாட்டில் 'முதியோர் உதவித் தொகை' திட்டத்தைக் குறிப்பிடலாம். அன்றியும் முதியோர் பிரச்சினை குறித்து மேற்கொள்ளப்படும் ஆய்வுகளின் எண்ணிக்கையும் வளர்ந்து வருகின்றது.

இன்று பொதுவாகவே மனிதனின் சராசரி ஆயுட் காலம் அதிகரித்துவருகிறது. எனவே, வயது மிகுந்தோர் எண்ணிக்கையும் அதிகரிக்கிறது. மேலும், தொழில் வளப்பத்தின் அடிப்படையில் ஏற்படும் சமூக, பொருளாதார மாற்றங்களும் முதியோர் பற்றிய அக்கறையினைத் தூண்டுவனவாகவே அமைகின்றன. வயோதிகத் தொழிலாளியும் ஓர் தொழிலினை நாடியே வாழ வேண்டியிருக்கிறது. ஆனல், வயது அதிகரிக்க அதிகரிக்க நிலை யாகத் தொழிலில் நீடிப்பது அவனுக்கு மிகக் கடினமாக இருக் கின்றது. அன்றியும் தொழில் நுட்பங்களின் வளர்ச்சிகளும் தொழில் நிறுவன அமைப்புகளின் மாறுதல்களும் புதிய தொழில் களுக்கு வயோதிகர்கள் போட்டியிடுவதனைத் தவிர்க்கக்கூடியன வாகவே இருக்கின்றன. நிலையான வேலை பெறும் நல்வாய்ப்புப் பெற்ற முதியவர்கள்கூடத் தங்கள் வயோதிகத்தின் அடிப் படையில் குறைவாகவே உற்பத்தி செய்ய முடிகிறது. இதனல் அவர்களது வருவாயும் பாதிக்கப்படுகிறது. தனது தள்ளாமையின் காரணமாக வயோதிகத் தொழிலாளி தான் முன்பு செய்து வந்த வேலைகளைக் காட்டிலும் எளிதான, குறைவான வரு வாயைத் தரும் வேலைகளுக்குச் செல்லவேண்டிய கட்டாயம் ஏற்படுகிறது. சில வேளைகளில் வேலையையே இழக்கவும் நேரிடு கிறது. வேலையினின்று ஓய்வு பெறுதல் எல்லாத் தொழில்களிலும் கட்டாயமான ஒன்ருக இன்று காணப்படுகின்றது. இன்று

வேலையினின்று ஓய்வு பெற்றோரின் எண்ணிக்கையும் அதிகமான தாகவே காணப்படுகிறது. பெரும்பாலோர் ஓய்வு பெறுவதனையே விரும்புவதில்லை. ஓய்வு பெறுதலைக் குறித்து ஒவ்வொருவரும் ஒவ்வொருவித நோக்குக் கொண்டவர்களாக இருக்கின்றனர். ஆளுமையின் அடிப்படையில் இவ் வேறுபாடுகள் அமைகின்றன.

முதியோர் பருவ மாறுதல்களும் பொருத்தப்பாடுகளும்

முதுமைப் பருவத்தில் ஒருவரிடம் உடலிலும் உள்ளத்திலும் பல மாறுதல்கள் ஏற்படுகின்றன. ஒவ்வொருவரும் தன்னைப் பற்றியும், சமூகத்தில் தான் பெறும் அங்கம்பற்றியும் ஓர் குறிப்பிட்ட உணர்வு கொண்டிருக்கிறோம். இதனை 'நான்' (self) எனும் உணர்வு என்கிறோம். இந் 'நான்' எனும் உணர்வே கடந்த காலத்தையும் வருங்காலத்தையும் இணைக்கும் பிணைப்பாக விளங்குகிறது. பொதுவாகக் குமரப் பருவ இறுதியில் இத்தகைய 'நான்' எனும் உணர்வு திட்டவட்டமான உருப்பெற்றுவிடுகிறது. இவ் உணர்வின் அடிப்படையிலேயே அனுபவங்கள் பொருள் பெற்று விளங்குகின்றன. முதுமையின் காரணமாக ஏற்படும் உடல்-உள்ள மாறுதல்கள் அவர்கள் வகிக்கும் அங்கங்களை பாதிக்கின்றன. முதியவர் இதுவரை தான் கொண்டுவந்த 'நான்' என்ற உணர்வில் மாறுதல் ஏற்படுகின்றது. இதனால் முதுமை, வாழ்வின் அமைப்பை மாற்றுவதுடன் 'நான்' என்ற உணர்வையும் மாற்ற வல்லதோர் பெரும் பிரச்சினையாக விளங்குகிறது.

குறிப்பாக வேலையினின்று ஓய்வுபெறும் வேளையில் பல முக்கிய மாறுதல்கள் ஏற்படுகின்றன. இவற்றிற்கெல்லாம் தகுந்தவாறு பொருத்தப்பாடுகள் கொள்ளவேண்டிய பிரச்சினைகள் எழுகின்றன. ஒருவனின் வாழ்வின் செழிப்பான ஆண்டுகளில் அவனது தொழிலே அவனது ஆளுமையின் உட்கருவாக விளங்குகிறது. ஒவ்வொருவரும் தங்கள் குடும்பத்திலும் வெளியிலும் பல அங்கங்கள்— தமையன், தனயன், தந்தை எனப் பல சமூக அங்கங்களை வகிப்பது உண்மையே. ஆனல், ஒருவரது தொழிலே பெரிதும் ஒருவரது சமூக நிலையைத் தீர்மானிக்கின்றது. எனவே, தனது தொழிலை இழப்பது 'நான்' என்ற உணர்வை பாதிக்கிறது. எனவே, ஓய்வு பெறவேண்டிய நிலையில் 'நான்' என்ற உணர்வுப் போராட்டங்கள் குமரப் பருவத்தில் ஏற்படுவதனைப் போன்றே மீண்டும் கிளர்ந்தெழுகின்றன. ஒருமைப்பாடான 'நான்' என்ற உணர்வை அடைவது வயோதிகத்தின் மிக முக்கியமான் பிரச்சினையாக விளங்குகிறது. வாழ்வின் ஒவ்வொரு நிலையிலும் மனமுறிவுகளும், உளப் போராட்டங்களும் ஏற்பட்டவண்ணமே இருக்கின்றன. ஒவ்வொருவரும் தங்கள் தங்கள் ஆளுமை, சமூகச் சூழ்நிலைகள் ஆகிய

வற்றிற்கு ஏற்ப இவற்றினைப் பெருமளவு தீர்த்து வெற்றி காண்கின்றனர். இத் தீர்வுகளின் அடிப்படையில் 'நான்' எனும் உணர்வும் ஒருமைப்பட்டு வருகின்றது; கடந்த காலத்தையும் எதிர்காலத்தையும் இணைக்கும் பிணைப்பு வலுப்பெறுகின்றது. பெரும்பாலும் எதிர்கால நம்பிக்கையிலேயே ஒருவன் மன நிறைவு பெறுகிறான். வயோதிகத்தில் எதிர்காலமே மிகக் குறுகியதாக இருக்கிறது. அன்றியும், கடந்த காலத்தில் ஏற்பட்ட வெற்றிகளும் தோல்விகளும் இறுதியானவை என்ற உண்மை புலப்படுகிறது; அவைகளை மாற்றுதல் இயலாத ஒன்று. எனவே, தான் கொண்டிருந்த லட்சியங்களை எல்லாம் வாழ்க்கை நியதிப்படி கணக்குப்பார்க்கும் காலமாக முதுமைப் பருவம் விளங்குகிறது. எல்லா வயோதிகர்கட்கும் இவ் உண்மைகள் பொதுப்படையானவையே. இருப்பினும், இத்தகைய சூழ்நிலைக்கு ஏற்ற பொருத்தப்பாடுகள் கொள்வதில் ஒருவருக்கொருவர் பெரிதும் வேறுபடுகின்றனர். சிலர் உரிய பொருத்தப்பாடுகள் கொண்டு மன அமைதியுடனும் மகிழ்வுடனும் வாழ்கின்றனர். ஆனால், பலர் தவறான பொருத்தப்பாடுகள் கொண்டு தாமும் மன அமைதி இழந்து பிறரது மகிழ்ச்சியையும் குலைக்கின்றனர்.

இளைஞர்களைப் போன்றே முதியவர்களும் வெவ்வேறு தேவைகள், குணங்கள் ஆகியவற்றைக் கொண்டுள்ளனர். சாதாரணமாக வயோதிகர்கள் அனைவருமே எல்லா ஆற்றல்களையும் இழந்திருப்பதில்லை. 65 வயதிற்கும் அதற்கும் மேற்பட்ட வயதினரில் 2 சதவீதத்தினரே படுத்த படுக்கையில் இருக்கின்றனர். 10 சதவிகிதத்தினரே விடுதிகளில் உள்ளனர். ஒருசிலர் புலன்கள் அனைத்தும் இழந்தவர்களாக இருக்கின்றனர். உள்ளத்திலும், உடலிலும், சமூக இயல்பிலும் வெவ்வேறு வயதுகளில் ஒவ்வொருவருக்கும் முதுமை ஏற்படுகிறது. வயோதிகர்களில் பலர் உடலிலோ உள்ளத்திலோ எவ்விதக் கோளாறும் இன்றி வாழ்வின் இறுதிவரை மகிழ்வுடன் வாழ்கின்றனர். பொதுவாக வயோதிகர்களை யாரும் விரும்புவதில்லை.

வயோதிகர்கள் ஓர் முக்கியச் சமூகப் பிரச்சினையாகவே விளங்குகின்றனர். இன்றைய பத்திரிகைகளும் நூல்களும், வயோதிகம், ஓய்வுபெறுதல் ஆகியவற்றைச் சார்ந்த பிரச்சினைகளின் துன்பங்களை மட்டுமே மிகுத்துக் கூறுகின்றன. வயதானவர்களது பொருளாதார, சமூக நிலை, மன முறிவுகள், தள்ளாமை ஆகியவையே பெரிதும் கவனத்தைக் கவருகின்றன. எல்லாவற்றையும்விட ஓய்வு பெறுவதன் அதிர்ச்சியே மிகமிக மிகைப்படுத்தி வருணிக்கப்படுகிறது. அலுவலினின்று ஓய்வு பெறுவதால் உடல்நலம் பாதிக்கப்

படுகிறது என்றும் இறப்பிற்கான காலம் விரைவுபடுத்தப்படுகிறது என்றும் பொதுவான நம்பிக்கை மக்களிடையே நிலவி வருகிறது.

ஆனால், இத்தகைய கருத்துகட்கு மாறுபட்டவையாகவே ஆராய்ச்சி முடிவுகள் காணப்படுகின்றன. ஓய்வு பெறுவதன் மூலம் உடல்நலம் பாதிக்கப்படுவதில்லை. கார்னல் பல்கலைக் கழகம் (Cornal University) ஓய்வு பெறுதல்பற்றிய ஆராய்ச்சியின் முடிவுகள் 'ஓய்வு பெறுவதனால் உடல்நலம் குறைகிறது என்று கூற ஆதாரம் எதுவுமில்லை; உண்மையில் ஒருசிலரிடம் ஓய்வுபெறுவதனால் உடல்நலம் மிகுவதனையே காண்கிறோம்' என்று கூறுகின்றன. அன்றியும், ஓய்வு உதவித் தொகை போதிய அளவு இருக்கும் நிலையில் பலர் ஓய்வு பெறுவதனை மன மகிழ்வுடன் ஏற்றுக் கொள்கின்றனர் என்றும் வேறோர் ஆய்வு முடிவுகள் காட்டுகின்றன. அண்மையில் அமெரிக்காவில் நடந்த ஆய்வின் முடிவுகளும் இவ் உண்மைகளையே வலியுறுத்துகின்றன. உடல்நலமின்மை, வறுமை ஆகியவற்றால் பாதிக்கப்படாத வயோதிகர்களது வாழ்க்கையில் உளவியல் அடிப்படையில் எந்த இழப்பும் ஏற்படுவதில்லை; மாறாக, பழம் இழப்புகட்கு முதுமை ஓர் ஈடாகவே காணப்படுகிறது. ஒருசிலர் முதுமையின் பிரச்சினையை வெற்றிகரமாகச் சமாளிப்பதுடன், வயோதிகத்தில் முன்பிருந்ததனைவிட மிக நல்லவண்ணம் நான் என்ற உணர்வு பெறுகின்றனர். எனவே, முதுமை தன் உணர்வைத் தகர்ப்பதாக அச்சுறுத்துவது போன்றே தன் உணர்வை ஒன்று கூட்டி வலுப்படுத்தவும் கூடும் என்பதனை இதன்மூலம் நாம் அறியலாம்.

சமூக, தொழில் அந்தஸ்தினை வளர்த்துக் கொள்வதற்கான வாய்ப்புகள் வயோதிக வயதில் குறைவது உண்மையே; இவை தொழிலிலிருந்து ஓய்வு பெற்ற நிலையில் முற்றிலும் மறைந்துவிடுதலும் கூடும். இருப்பினும், சிலர் தாங்கள் உண்மையில் அடைந்த வெற்றிகளுக்கேற்ப தங்கள் வாழ்வின் இலட்சியங்களை மாற்றிச் சீரமைத்துக்கொள்வதன்மூலம் நல்ல பொருத்தப்பாடு கொள்கின்றனர். வயோதிக நிலையில் எதிர்காலம் குறுகியதாகத் தோன்றுவதால் 'வெற்றிகள்' என்று கருதப்படுபவை அத்துணையளவு முக்கியத்துவம் பெறுவதில்லை. எனவே, கடந்த கால வாழ்வை அவ்வாறே ஏற்றுக்கொள்ளுதல் இவர்களுக்குப் பெரும் பிரச்சினையாகத் தோன்றுவதில்லை. இவையன்றி வயோதிக நிலையில் இதுவரை விரும்பாத ஊக்குவிகளையும் பண்புகளையும் ஏற்றுக்கொள்ளும் போக்குக் காணப்படுகிறது. சமூகத்தினின்று ஒருவர் எதிர்பார்ப்பவைகளும் வயோதிக நிலையில் மாறுபடுகின்றன. உடன்போக்காக இருப்பது இளைஞர்களிடையே பலவீனமாகக் கருதப்பட்டாலும் வயோதிகர்களிடம், குறிப்பாக ஓய்வு

பெற்ருேரிடம் ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடிய ஒன்ருகவே இருக்கின்றது. தன்னையே பெரிதாகக் கருதி நடத்தலும், ஒவ்வொன்றையும் வேண்டுமென்று கேட்பதும் பொதுவாக முதியவர்களிடம் எதிர் பார்க்கப்படுகிறது. எனவே, இத்தகைய உந்துகளை வயோதிகர்கள் தடையின்றி வெளியிட முடிகிறது. இவற்றினுல் நரம்பு நோய்த் தன்மை கொண்ட பாதுகாப்பு உள முறைகள் தேவைப்படுவ தில்லை. இவற்றினடிப்படையில் வயோதிகத்தில் தன்னுணர்வினை ஏற்றுக்கொள்ளவும், வாழ்வில் ஓர் நிறைவு கொள்ளவும் வாய்ப்புகள் கிடைக்கின்றன.

வயோதிகர்களைவிட வயோதிகத்தை அணுகும் நடு வயதினரே மிகவும் பிரச்சினைகள் கொண்டு காணப்படுகின்றனர். குறிப்பாக 'ஓய்வு பெறுதல்' இத்தகைய பிரச்சினைகளை மிகுத்துக் காட்டு கின்றது. ஓய்வு பெறுதலால் ஒருவரது தன் உணர்வு திடீரென பாதிக்கப்படுகிறது; திடீரெனத் தனக்கு வயது அதிகமாகிவிட்ட தாக ஒருவர் உணரும் நிலை ஏற்படுகிறது. ஆனுல், வயோதிகத்தைப் பற்றியும் ஓய்வு பெறுதல்பற்றியும் திகில் உணர்வு வயோதிகர் களிடம் அவ்வளவாகக் காணப்படுவதில்லை. பொதுவாக ஓய்வு பெறுதல் வயோதிகத்தை அடைவோருக்கு மிகவும் திகிலூட்டும் அனுபவமாக விளங்குகிறது. எனவே, ஓய்வு பெறுதல் அணுக அணுக ஒருவர் அவ்வெண்ணத்தை மிகமிக எதிர்க்கின்ருர்; ஆனுல், உண்மையிலேயே ஓய்வு பெற்றபின் இத்தகைய திகில் உணர்வு கொஞ்சம் கொஞ்சமாகக் குறைந்துவிடுகிறது. வயோ திகம் வரை வாழ்கின்றவர்கள் பிறரைக் காட்டிலும் உளவியலடிப்படையில் வலுமிக்கவர்களாக இருத்தலும் கூடும். உளவியற் காரணங்களால் உடல் வலுக் குறைவு விரைந்து ஏற்படுதல் உண்டு; இவைகளால் முற்றிய நோய்கள் உண்டாத லும் உண்டு.

வயோதிகப் பிரச்சினைகள் ஆளுமையினை ஒட்டி ஏற்படு கின்றன என்று கலிஃபோர்னியாவில் மேற்கொள்ளப்பட்ட ஆய்வு முடிவுகள் எடுத்துக் காட்டுகின்றன. இவ்வாய்வினர் வயோதிக நிலையில் நன்கு பொருத்தப்பாடு கொண்ட மூன்று வகை ஆளுமை யினரையும், நன்கு பொருத்தப்பாடு கொள்ளாத இரு வகை ஆளுமையினரையும் எடுத்துக் காட்டுகின்றனர்.

நன்கு பொருத்தப்பாடு கொள்வோரில் பெரும்பான்மையினர் 'முதிர்ச்சி பெற்ற ஆளுமை'யினராக இருக்கின்றனர். இவர் களிடம் வயோதிகத்தினுல் எப் பிரச்சினையும் ஏற்படுவதில்லை. இவர்களிடம் உளநோய் சார்பான உளப் போராட்டங்கள்

எதுவும் காணப்படுவதில்லை. எனவே, இவர்கள் வயோதிக நிலையிலும் தங்கள் தன்னுணர்வை உள்ளவாறே ஏற்றுக்கொள்ளும் வல்லமை பெற்றிருக்கின்றனர். தங்கள் சொந்த உறவு முறைகளினின்றும் செயல்களினின்றும் உண்மை நிறைவு பெறுபவர்களாக இவர்கள் விளங்குகின்றனர். இவர்களது பழம் வாழ்வும் வெற்றிகரமாகவே இருக்கிறது. எனவே, இறந்த காலத்தைக் குறித்தோ நிகழ்காலம்பற்றியோ இவர்கள் எவ்வித வருத்தமும் கொள்வதில்லை. இவர்கள் முதுமையை அவ்வாறே ஏற்று இயன்ற வரை இன்பமாகவே வாழ முயல்கின்றனர். இரண்டாவது வகை ஆளுமையினர் 'ஆடும் நாற்காலி' வகையினராக விளங்குகின்றனர். சாய்ந்தாடும் நாற்காலி போன்றே தனக்கென்று குறிப்பிட்ட நோக்கின்றி உடன்பாட்டுப் போக்காக இவ் வகையினர் காணப்படுகின்றனர். பொறுப்புகளினின்று விடுபட்டு, சார்ந்து உடன்போக்காக இருப்பதற்கு இவர்கள் விரும்புகின்றனர்.

மூன்றாவது வகை ஆளுமையினர் 'கவசமிட்டோர்' என்று அழைக்கப்படுகின்றனர். முதுமையில் தாங்கள் உதவியின்றி இருப்பதையோ, பிறருடன் உடன்போக்காக இருப்பதையோ விரும்பாத இவர்கள் இந் நிலைகளைத் தவிர்க்க முன்னெச்சரிக்கையுடன் இருக்கின்றனர். எனவே, இவர்கள் திகில் உணர்வினைத் தடுப்பதற்கான பாதுகாப்பு முறைகளை முதலிலேயே வளர்த்துக் கொள்கின்றனர். எனவே, இவர்களும் முதுமையில் நல்ல பொருத்தப்பாடுகள் கொண்டுள்ளனர்.

நல்ல பொருத்தப்பாடுகள் அற்ற வயோதிகர்கள் இருவகையான ஆளுமையினராக விளங்குகின்றனர். முதல் வகையினரைக் 'கோபக்காரர்கள்' என்று குறிப்பிடலாம். பொருத்தப்பாடற்றவர்களில் பெரும்பான்மையினர் இவ் வகையினரேயாவர். இவர்கள் தாங்கள் கொண்ட இலட்சியங்களை வாழ்வின் இளம் பருவங்களில் அடைய முடியாமல் தோல்வி கண்டவர்கள். இத் தோல்விகட்கும் ஏமாற்றங்கட்கும் இவர்கள் பிறரையே தூற்றுகிறார்கள். இவர்களால் முதுமையை ஏற்றுக்கொள்ள இயலுவதில்லை. இரண்டாவது வகையினரும் தங்கள் வாழ்வின் தோல்விகளாலும் ஏமாற்றங்களாலுமே வருந்துகின்றனர். இவர்கள் தங்கள் தோல்விகளுக்கும் ஏமாற்றங்களுக்கும் தங்களையே காரணமாகக் கருதிக்கொண்டு வருந்துகின்றனர்; தங்களையே தூற்றிக் கொள்கின்றனர். இவர்கள் முதுமை மிகமிக, சோகம் மிக்கவர்களாக விளங்குகின்றனர். இவ் வகையினரைத் 'தன்னை வெறுப்போர்' என்று குறிப்பிடலாம்.

இத்தகைய ஆளுமை வகைகள் திடீரென வயோதிகம் தோன்றும் நிலையில் மட்டும் தோன்றுவதில்லை. பெரும்பாலும் தொடக்க ஆண்டுகளிலிருந்தே இத்தகைய ஆளுமை அமைப்பை இவ் வகையினரிடம் காணலாம். இவர்களது பொருத்தப்பாடுகள் வளர்ச்சிப் பருவங்களின் ஒவ்வொரு நிலையிலும் இவர்களது ஆளுமை வகையினைச் சார்ந்தவையாகவே அமைகின்றன.

வயோதிகர்கள் சமுதாய நடவடிக்கைகளில் கலந்துகொள்ளும் நிலையிலேயே மன மகிழ்வோடு இருக்கமுடியும் என்று கருதப்படு கிறது. இதற்கு மாறான வேறொரு கருத்தும் உண்டு. வயோதி கர்கள் எதிலும் கலந்துகொள்ளாமல் இருப்பதனாலேயே மன நிறை வோடு இருக்கமுடியும் என்று ஒருசிலர் கருதுகின்றனர். பொது வாக நன்கு பொருத்தப்பாடு கொண்டிருப்போரிடம் இவ் விரண்டுமே காணப்படுகிறது என்று கலிபோர்னியா ஆய்வு எடுத்துக் காட்டுகிறது. அதாவது, சமுதாய நடவடிக்கைகளில் கலந்து கொள்வதனைப் போன்றே எதிலும் கலந்துகொள்ளாமல் இருப்பதும் மன நிறைவூட்டுவதாகவே அமைகிறது.

வயோதிக நிலையில் ஒருவர் கொள்ளும் பொருத்தப்பாடுகள் ஆளுமையினால் மட்டும் அமைந்துவிடுவதில்லை. வருவாய் நிலை, தொழில், பண்பாட்டுப் பின்னணி போன்றவையும் பொறுத்தப் பாட்டைத் தீர்மானிக்கும் முக்கியக் காரணிகளாகும். முதுமை தானே ஓர் பெரும் பிரச்சினையாக விளங்குவதில்லை. முதுமையில் நிகழும் உடல்-உள மாறுதல்களிலும் எவ்விதத் தனிச் சிறப்பும் இல்லை. முதுமையும் குமரப் பருவம், இளமைப் பருவம், பெற்றோர் பருவம் போன்ற ஓர் பருவமாகவே விளங்குகிறது. அது துன்பம் பயக்கும் ஒன்றாகவோ இன்பம் பயக்கும் ஒன்றாகவோ ஆதல் குறிப்பிட்டவரது ஆளுமையையும் வாழ்க்கைச் சூழலையும் பொறுத் ததே. எனவே, வயோதிகத்திலும் மன நிறைவிற்கான வாய்ப்புகள் மலிந்தே காணப்படுகின்றன.

வயோதிகத்தில் ஏற்படும் உளவியல் மாறுதல்கள்

வயோதிகப் பருவப் பிரச்சினைகள், குழந்தைப் பருவ, குமரப் பருவ, முதிர்ச்சிப் பருவப் பிரச்சினைகளைவிட முக்கியத்துவம் பெற்ற பிரச்சினைகளாகக் காணப்படுகின்றன. மேலும் அரசியல், பொருளாதார, அறிவியல் துறைகளைச் சேர்ந்த தலைவர்களை எடுத்துக்கொண்டால், எல்லா நாடுகளிலுமே-இவர்கள் வயோதிகர் களாகவே விளங்குகின்றனர். எனவே, வயோதிகப் பருவப் பிரச்சினைகள்பற்றி நாம் ஆராய வேண்டிய அவசியம் ஏற்படுகிறது.

வயோதிகப் பருவம் உடல், உளத் திறன்களின் வீழ்ச்சிப் பருவமாகக் கருதப்படுகின்றது. இத்தகைய வீழ்ச்சி எந்த வயதில் தொடங்குகிறது என்று உறுதியாகக் கூற முடியாது. இவ் வயது வாழ்க்கை நிலைகளுக்கேற்ப நாட்டுக்கு நாடு, ஆளுக்கு ஆள் வேறு படுகிறது. பொதுவாக ஒருவர் தொழிலிலிருந்து ஓய்வு பெறும் ஐம்பது அல்லது அறுபது வயதினை இவ் வீழ்ச்சியின் தொடக்க நிலையாகக் கொள்வது பொருத்தமே.

வயோதிகப் பருவத்தில் மாறுதல்களுக்குள்ளாகும் முக்கிய உளத்திறன் நுண்ணறிவு ஆகும். அறுபது வயதிற்குமேல் அறிவுத் திறன் பெருமளவு வீழ்ச்சியடைகிறது என்று பல ஆய்வுகள் எடுத்துக்காட்டியுள்ளன. ஒவ்வொரு பதினைந்து ஆண்டு செல்லச் செல்ல இவ் வீழ்ச்சி மிக விரைவாக அதிகரிக்கிறது. இந் நிலை அதிக நுண்ணறிவு கொண்டோரிடம் ஏற்படுவதைக் காட்டிலும் குறைந்த நுண்ணறிவு கொண்டோரிடமே குறிப்பாகக் காணப்படு கிறது. உடல் வலிமை குறைதல், புலன் உணர்வுகளின் கூர்மை குறைதல், மூளையில் ஏற்படும் மாறுதல்கள் ஆகியவையே இதற் கான பொதுவான காரணங்களாக இருக்கின்றன.

கற்றலில் ஏற்படும் வீழ்ச்சி

வயோதிகத்தில் வீழ்ச்சியடையும் முக்கியத் திறன்களில் ஒன்று கற்றல் திறனாகும். வயோதிகப் பருவத்தில் விரைவாக எதனையும் கற்க இயலுவதில்லை. ஆனால், இதனால் புதிதாக எதனையும் கற்கவே முடியாது என்பதன்று; எதனையும் கற்க முன்பு தேவை யானதைவிட அதிக காலம் தேவைப்படும் என்றே கூறவேண்டும். சென்னைப் பல்கலைக் கழக உளவியற்றுறையினர் இதுபற்றி ஓர் ஆய்வு நடத்தியுள்ளனர். இவ்வாய்வில் முப்பது வயோதிகர்களும் முப்பது இளைஞர்களும் பங்கு பெற்றனர். இவ்வாய்வில் பங்கு கொண்ட முதியவர்களது சராசரி வயது 55 ஆகும். முயன்று தவறிக் கற்பதன் (Trial and Error) மூலமாக இவர்களால் புதிய செயல்களைக் கற்க முடியுமா என்று இவ்வாய்வில் ஆராயப்பட்டது. இவ்வாறு கற்பதன் வேகம் வயோதிகருக்கும் இளைஞருக்கும் இடையே மாறுபடுகிறதா என்று இவ்வாய்வில் கண்டறியப் பட்டது. இளைஞர்களுக்கும் வயோதிகர்களுக்கும் இடையே கற்றல் வேகத்திலும், கற்கப்படும் பொருளின் தன்மையிலும் பெரும் வேறுபாடு காணப்பட்டது; ஆனால், வயோதிகர்களாலும் புதிய செயல்களைக் கற்கமுடியும் என்று இவ்வாய்வு முடிவுகள் எடுத்துக் கூறுகின்றன. மேலும் யூகித்தலில், குறிப்பாக ஒப்பிடுதல், ஒப்புமை கூறல் ஆகியவற்றில் 60 வயதிற்கும்மேல் பெருமளவு திறன் வீழ்ச்சி ஏற்படுகிறது. வயோதிகர்களுக்கு

மறதி அதிகம் என்பதை அனைவரும் அறிவோம். கற்றலுக்கான சிறந்த பொருள், கற்ற பொருளினை ஆக்கநிலையிருத்தம் செய்தல், கற்க வேண்டுமென்ற ஊக்கம், கற்பதற்காக ஊக்குவிக்கப்படுதல் போன்றவை அனைத்தும் கல்வி நன்கு அமையத் தேவையான காரணிகள் ஆகும். ஒருவர் இளைஞராயிருக்கும் வேளையில் இவை யனைத்தும் சிறப்பாகக் காணப்படுகின்றன; வயோதிகத்தில் இவை அவ்வளவாகக் காணப்படுவதில்லை. இதனால் புதிய நிகழ்ச்சிகளையும், புதிய செய்திகளையும் முதியவர்களால் நன்கு கற்றுக்கொள்ள முடிவதில்லை. இதனால் தற்கால நிகழ்ச்சிகளைப் பெரிதும் இவர்கள் மறந்துவிடுகின்றனர். எனவே, எப்போதும் வயோதிகர்கள் பழமையையே பேசிக்கொண்டிருக்கின்றனர்; தாங்கள் நன்றாக வாழ்ந்ததாகவும், தாங்கள் சிறந்த பயிற்சி அளித்ததாகவும், தங்கள் கல்வியே சிறந்ததென்றும் கருது கின்றனர்; ஆனால், உண்மை இவ்வாறிருக்கத் தேவையில்லை யன்றோ? நடுத்தர வயது நிலையிலேயே ஒருவரிடம் உள நிலை வன்மை (rigidity) ஏற்பட்டுவிடுகின்றது. ஆனால், இது வயோதிகத்தில் மிகவும் குறிப்பாகத் தெரிகின்றது. பெரும் பாலான முதியவர்கள் ஆழமாக அமைந்துவிட்ட பழக்கங்களைக் கொண்டிருக்கின்றனர். எனவே, புதிய சூழ்நிலைகளுக்கு ஏற்ற பொருத்தப்பாடு கொள்வது இவர்களுக்குக் கடினம். புதிய வற்றை விரைவாகக் கற்றுக்கொள்ள இவர்களுக்கு இயலா திருப்பதால் இந்நிலை ஓரளவு ஏற்படுகிறது. எனவே, பழைய பழக்கப்பட்ட வழிகளுக்கு இவர்கள் பின்னோக்கிச் செல்ல வேண்டியிருக்கிறது. வயோதிகத்தில் ஏற்படும் மற்றொரு முக்கிய மாறுதல் மெய்ப்பாட்டு நடத்தையில் ஏற்படுகிறது. வயோதிகத் தில் மெய்ப்பாட்டு வாழ்வின் 'பொலிவு' காணப்படுவதில்லை. வயோதிகர்களால் இளைஞர்களது மெய்ப்பாடுகள் பலவற்றை அடைய இயலுவதில்லை; இளைஞர்களது உணர்ச்சிகளில் பல வற்றைக்கூட வயோதிகர்களால் பெற முடிவதில்லை. இதன் காரணமாக முதியவர்களுக்கும் அவர்களது மகன்-மகள்களுக்கும் இடையே பெரும் பூசல்களும் சச்சரவுகளும் ஏற்படுகின்றன. உடல் வலிமையும், பால் ஊக்கமும் குன்றுவது இந்நிலைக்கு ஓரளவு காரணமாக இருக்கிறது. வயோதிகர்கள் அடிக்கடி குழந்தைப் பருவ நடத்தைகளில் பின்னிட்டு ஈடுபடுகின்றனர். குழந்தைப் பருவத்திற்கேயுரிய எதிர்மறைப் போக்கு, முரண்டு பிடித்தல், பரபரப்படைதல் போன்ற பலவற்றையும் இந்நிலையில் நாம் முதியவர்களிடையே காண்கிறோம்.

வயோதிகர்கள் எரிந்து விழுபவர்களாகவும், சச்சரவிடுபவர் களாகவும், முன்னுக்குப் பின் முரணானவர்களாகவும் இருக்கின் றனர். இவ்வளவில் அச்சங்கள், கவலைகள், ஏமாற்றங்கள்

ஆகியவை பொதுவாகக் காணப்படுகின்றன. ஒருசில வயோதிகர் கள் தன்னைப் பிறர் விரட்டுவதாக 'இல்பொருள்' அனுபவம் பெறு வதும் உண்டு. பொதுவாகவே இவர்கள் இன்பமான மெய்ப்பாடு களிலிருப்பதைவிடத் துன்பமான மெய்ப்பாடுகளிலேயே இருக் கின்றனர்.

வயோதிகர்களிடம் ஏற்படும் மற்றொரு மாறுதல் பால் வாழ்க்கையினைச் சேர்ந்ததாகும். வயோதிகப் பருவத்தில் பால் வலிமையின்மை ஏற்படுவதாகப் பொதுவாகக் கருதுகிறோம். ஆனால், அண்மைய ஆய்வுகள் இக் கருத்திற்கு மாறாக உள்ளன. ஓர் ஆய்வில் இதுகுறித்து 60 வயோதிகர்களை வினவப்பட்டபோது அவர்களில் 71 சதவிகிதத்தினர் இன்னமும் பால் நடத்தையில் ஈடுபடுவதாகவே கூறினர்; ஆனால், இத்தகைய நடத்தைக் காலங்கள் பெரும் இடைவெளி கொண்டவையாக இருக்கின்றன. பல வயோதிகர்கள் பால் வலிமையற்றிருப்பதற்குச் சமூக ஆக்க நிலையிருத்தமே காரணமாக இருப்பதாக ஆய்வுகள் காட்டி யுள்ளன. எனவே, இப் பருவத்தில் ஏற்படும் பால் வலிமை யின்மை உடல், உடலியல் தன்மையானதாக அமையாது உளவியல் தன்மை கொண்டதாகவே இருக்கின்றது என்று கூறலாம்.

ஒருசில வயோதிகர்கள் இல்பொருட் காட்சி, நினைவுக் கோளாறுகள், பொதுவாக அமைப்புக் குலைவு ஆகியவை கொண்டு உளநோய் கொண்டவர்களாகக் காணப்படுகின்றனர். வயோதிகர் ஓர் இடத்தில், இல்லாத ஒருவருடன் தான் பேசிக்கொண்டிருந்த தாகக் கருதுவதுண்டு; அல்லது தன் தலையில் துளையிடப் பிறர் முயலுவதாக எண்ணுவது உண்டு. நினைவுக் கோளாறுகள் அதிகரித்த வேளைகளில் இல்லாததை இருப்பதாகவும் இருப்பதை இல்லாததாகவும் வயோதிகர் உறுதியாகக் கூறுவதுண்டு. வயோதிக உளநோய் ஏற்பட்ட நிலையில் ஒருவருக்குத் தான் எங்கு இருக்கிறோம், எங்கிருந்தோம், எங்குச் செல்கிறோம் என்றுகூடத் தெரிவதில்லை. காலத்திலும் இடத்திலும் இவருக்குக் குலைவு ஏற்படுகிறது.

இவ்வாறாக வயோதிகத்தினை உளத்திறன்களின் வீழ்ச்சிப் பருவம் என்று நாம் கூறலாம். நிகழ்காலத்திலும், எதிர்காலத் திலும் நம்பிக்கை கொண்டு வாழ்வதைவிடப் பழம் வாழ்வில் பெற்றவற்றைத் திரும்பி நோக்கியவண்ணம் ஓர் தற்காப்பு முறை யான வாழ்க்கையைக் கொண்டிருப்பதே இப் பருவத்தின் முக்கியத் தன்மையாகக் காணப்படுகிறது.

ஓய்வு பெறுதலும் அதன் பிரச்சினைகளும்

வயோதிகத்தின் மிகச் செறிவான மெய்ப்பாட்டுப் பிரச்சினைகளில் ஒருசில கட்டாயமாக ஏற்படும் ‘ஓய்வு பெறுதலின்’ காரணமாக ஏற்படுகின்றன என்பதை மறுப்பதற்கில்லை. ஓய்வு பெறுவதற்கான உரிய உளவியல் தயார் நிலையினை இவர்கள் பெறாமலிருப்பதனாலேயே பல பிரச்சினைகள் எழுகின்றன. பொருளாதார அளவில் பலர் பல முன்னேற்பாடுகளைச் சிறப்புறச் செய்திருத்தல்கூடும். ஆனால், மிகவும் விரைவான செயல் நிறைந்த மும்முரமான தொழில் வாழ்வினின்று சோம்பி இருக்கும் ஓய்வு வாழ்விற்குத் திடீரென மாறுவது பலருக்கு இயலாத ஒன்றாக இருக்கிறது. ஓய்வு பெற்றதன் விளைவாக வருவாயும் குறைகிறது. இதனால் முன்புபோல் அவர்களால் சமூக வாழ்க்கை நடத்த இயலுவதில்லை. தொழில் உறவாக அன்றாடம் சந்தித்து வந்த பலருடன் இவர்களுக்கு முற்றிலும் தொடர்பற்றுவிடுவதும் உண்டு. வீட்டில்கூட ஓய்வுபெற்றவரது சமூக உயர்வு நிலை குறைந்துவிடுகிறது. பெரும்பாலான ஓய்வு பெற்றோர் தாங்கள் மக்களைச் சார்ந்து வாழவேண்டிய கட்டாயம் ஏற்படுகிறது. மாறிவிட்டதன் சமூக அங்கத்திற்கு ஏற்ற பொருத்தப்பாடு கொள்ளல் பலருக்குக் கடினமிக்க ஒன்றாகத் தெரிகின்றது. இது மேலும் மெய்ப்பாட்டு உளப் போராட்டங்களுக்கு வழிகோலுவதாகவே அமைகிறது.

உரிமை பெற்ற நம் இந்தியாவில் கிட்டுகின்ற உயர்தர வாழ்க்கை வசதிகள், ஆரோக்கிய வழிகள் ஆகியவற்றின் காரணமாகச் சராசரி வாழ்நாள் உயர்ந்தபடி இருக்கிறது. இதனால் வயோதிகர் எண்ணிக்கையும் அதிகரித்தபடி இருக்கிறது. உரிய முன்னெச்சரிக்கைகளை நாம் மேற்கொள்ளாமற் போனால் மேலை நாடுகளில் ஏற்பட்டுள்ளது போன்ற தவிர்க்க இயலாத சூழ்நிலைகள் இங்கும் ஏற்பட்டுவிடும் என்பது திண்ணம். நாமும் நாட்டு வளர்ச்சியின் பகுதியாக, நாட்டினரால் வேண்டப்படுபவராக இருக்கிறோம் என்று வயோதிகர்கள் உணரும்வண்ணம் சிக்கனமான வழிகளில் அவர்களை இன்றைய சமூகத்தினர் பயன்படுத்திக்கொள்ளுமாறு செய்வது நம் கடமையாகும். வயோதிகர்களைப் பொருளாதாரப் பாதுகாப்பின்மை உணர்வினின்று காப்பாற்றுதல் வேண்டும். சென்னை மாநில அரசு ‘முதியோர் உதவிப் பணம்’ வழங்குவதனை இங்குக் குறிப்பிடுதல் பொருத்தமே. இளைஞர்கள் வயோதிகர்களது பிரச்சினைகளைப் புரிந்துகொண்டு அவர்களது வயோதிகத்திற்கு ஏற்றவண்ணம் ஓரளவு விட்டுக்கொடுத்து நடந்து கொள்வதற்குக் கற்பிக்கப்படவேண்டும். மேலும், வயோதிகர்கள் தங்கள் காலத்தைச் செலவிடுவதற்குப்

பொழுதுபோக்கு வசதியும், 'பேச்சுத் துணையும்' அளிக்கச் சமூகம் முன்வர வேண்டும். இன்றைய இளைஞனே நாளைய வயோதிகன். இவ் உண்மையை உணர்ந்துகொண்டால் வயோதிகப் பருவத்தில் ஏற்படும் உளவியற் பிரச்சினைகளையும் மாறுதல்களையும் நன்கு புரிந்துகொள்ள முடியும்.

வயோதிகர்கள் பிரச்சினைபற்றிய ஓர் ஆய்வு

பரோடாவைச் சேர்ந்த வாட்டி (Warty) வயோதிகர் பிரச்சினைபற்றி ஓர் ஆய்வை மேற்கொண்டார். அதில் 160 வயோதிகர்கள் ஆராயப்பட்டனர். அவர்கள் 62 வயதிலிருந்து 86 வயதுவரை கொண்டவர்கள். இதில் 74 ஆண்களும் 86 பெண்களும் கலந்து கொண்டனர். இவ்வாய்வின் முடிவுகள் பின் வருமாறு:

(1) பெரும்பாலான வயோதிகர்கள் தங்கள் தோற்றத்திலும் உடலிலும் ஏற்படும் மாறுதல்கள்பற்றி மிகவும் வருந்துகின்றனர். ஆண்களைவிடப் பெண்களே இவ்வாறு வருந்துகின்றனர்.

(2) பெரும்பாலான வயோதிகர்கள் தங்கள் உடல்நலத்தைப் பற்றி மிகவும் பெரிதுபடுத்திக் கூறுகின்றனர்; பல வேளைகளில் இவர்கள் கூறுவதற்கும் அவர்களது உள நலத்திற்கும் சம்பந்தமிருப்பதில்லை.

(3) சமூக நிகழ்ச்சிகளில் கலந்துகொள்வது, சமூக உறவுகளில் மன நிறைவு கொள்வது போன்ற நிலைகளில் வயோதிகர்கள் இயல்பான சமூக வாழ்வு கொண்டிருப்பதாகக் கூறுவதற்கில்லை.

(4) வயோதிகர்கள் குறிப்பிடுமளவிற்கு மன எழுச்சி முனைப்பிற்குள்ளாகின்றனர். வயோதிகத்திற்கேயுரிய ஒருசில அம்சங்களும் காணப்படுகின்றன. பொதுப்படையாகக் கூறினால் வயோதிகர்கள் பாதுகாப்பற்றிருப்பதாகவும், பெருமளவிற்குப் பிறரால் ஏற்றுக்கொள்ளப்படாதிருப்பதாகவும் உணருகின்றனர்.

(5) வயோதிகரில் பலர் தங்கள் குடும்ப உறவுகளில் சாதாரணமான நோக்குகளும் அனுபவங்களும் கொண்டவர்களாகவே இருக்கின்றனர். ஒருசிலர் வாழ்வில் கடினமான உறவுகள் கொண்டிருப்பதும் உண்டு.

(6) முதியோர்களில் பெரும்பாலோர் திருப்திகரமான மத வாழ்க்கை கொண்டவர்களாயுள்ளனர். ஒருசிலர் குறிப்பிடும் அளவிற்கு மதப் பற்றுக் கொண்டிருப்பதில்லை. சாதாரணமான பயன் மதிப்பீடுகளே (values) இவர்களிடம் காணப்படுகின்றன.

(7) வயோதிகர்களை இளைஞர்கள் தாழ்வாகக் கருதுவதாக அவர்கள் எண்ணுகின்றனர்.

பகுதி நான்கு

கல்வியும் உளநலமும்

17. குழந்தையும் பள்ளிச் சூழ்நிலையும்.

18. பள்ளியில் காணப்படும் தவறான பொருத்தப்பாடுகளும் அவற்றைச் சமாளிக்கும் முறைகளும்.

19. வேறுசில தனிப்பட்ட கல்வித்துறை உளநலப் பிரச்சினைகள்.

20. ஆசிரியர் ஆளுமையும் ஆசிரியர்–மாணவர் உறவும்.

17. குழந்தையும் பள்ளிச் சூழ்நிலையும்

ஐந்து வயதளவில் ஆரம்பப் பள்ளி புகும் சிறுவன் ஏறக்குறைய 15, 16 வயதுகளில் பள்ளி இறுதி வகுப்பினை முடித்து வெளியேறுகிறான். இவன் சாதாரணத் தொழிற் படிப்போ பட்டமோ பெறுவதற்கு இன்னமும் மூன்று, நான்காண்டுகள் தேவைப்படுகின்றன. தொழிற் கல்லூரியில் பயில வேண்டுமென்றாலும், மேற் பட்டப் படிப்பினைத் தொடர வேண்டுமென்றாலும் இன்னமும் இரண்டு ஆண்டுகள் தேவைப்படுகின்றன. இதற்கு மேலும் தேர்ச்சி பெற விழையும் ஒவ்வொருவரும் தொடர்ந்து பல ஆண்டுகளைச் செலவிட்டுப் பயனடைய வேண்டியிருக்கிறது. இந்நிலையில் ஒருவர் ஒரு துறையில் நன்கு தேர்ச்சி பெறுவதற்கு 25 ஆண்டுகளுக்குமேல் கழிவதும் இயற்கையே. இவ்வாறு ஒருசிலர் ஏறக்குறைய கால் நூற்றாண்டிற்குக் கல்விக் கூடங்களுக்குச் சென்று பல கட்டுதிட்டங்களுக்கும் உட்பட்டு, கல்வி பெற வேண்டியிருக்கிறது. இதில் முக்கியமானது என்னவென்றால், இத்துணை ஆண்டுகளும் ஒருவரது ஆற்றல்மிக்க பகுதியாக அமைகின்றது என்பதே. வளப்பம் வாய்ந்த குழந்தைப் பருவமும் வனப்பு வாய்ந்த குமரப் பருவமும், வலிவு மிக்க முன் முதிர்ச்சிப் பருவமும், பெரும்பாலோருக்குக் கல்விக் கூடங்களிலேயே செலவழிகின்றன. இவ்வாண்டுகளில் ஏற்படக்கூடிய அனுபவங்களின் அடிப்படையிலேயே ஒருவரது ஆளுமை உருவாகி நிலையாக விளங்குகிறது. மேலும், ஒவ்வொருவரும் ஐந்து வயதிற்கு மேற்பட்ட அளவில் வீட்டில் கழிக்கின்ற காலத்தினைவிட அதிக காலத்தைப் பள்ளிகளிலேயே கழிக்கவேண்டியிருக்கிறது. இவ்வாறு வளர்ச்சிப் பருவங்களில் நீடித்து அமையும் கல்வித் திட்டம் கால அளவிலும், மாறுதல்களை ஏற்படுத்தும் திறனிலும் ஆற்றல் மிக்கதாக அமையும் அளவிற்கு உளநலனிற்கு உகந்ததோர் கருவியாக அமைகின்றது. உளநலப்பாங்கில், உளவியல் விதிகளுக்கேற்ப கல்விச் சூழ்நிலை அமையப்பெறின் அச்சூழலில் கற்கும் வாய்ப்புக் கொண்டவர்கள் தங்கள் வாழ்வு முழுவதும் உளநலம் மிக்கவர்களாக விளங்குவது திண்ணம்.

நர்சரி பள்ளியும் குழந்தையும்

வீட்டில் அன்னையுடனும் தந்தையுடனும் தன் பெரும் பொழுதினைக் கழித்து வந்த சிறுவன் முதன் முதலாகப் பழக வேண்டிய மூன்றாவது மனிதராக நர்சரிப் பள்ளி ஆசிரியர் விளங்குகிறார். பெரும்பாலான பள்ளிகளில் இவ் அங்கத்தைப் பெண்களே வகிக்கின்றனர். தான் நெருங்கிப் பழகிவந்த தாயின் (பெண்) இனத்தினைச் சார்ந்தவர் என்ற அளவில் நர்சரி மாணவன் தன் ஆசிரியையுடன் ஓரளவு எளிதில் பழக முற்படுகிறான். இதோடு தன் ஒத்த வயது குழந்தைகளுடன் பழகும் வாய்ப்பைப் பெறுகிறான்.

இப் பருவத்தில் சிறுவனிடம் இயக்க வளர்ச்சி பெருமளவு காணப்படுகிறது. ஓடி விளையாடவும் துள்ளிக் குதிக்கவும் ஆற்றல் பெற்றவனாக இச் சிறுவன் இருக்கிறான். இவ் உண்மையை நர்சரி ஆசிரியை நன்கு பயன்படுத்திக் கொள்ளமுடியும். பல இயக்கத் திறன்களை இப் பருவத்தில் எளிதில் கற்பிக்க முடியும். மேலும், புலன் உணர்ச்சிகள் மிகுந்ததாக உள்ள இப் பருவத்தில் புலன் உணர்ச்சிகளின் அடிப்படையிலேயே பல புதிய புதிய கருத்துகளைக் குழந்தையின் உள்ளத்தில் உருவாக்க முடியும். தெளிவாக வார்த்தைகளை உச்சரித்தல், எழுதுதல், சட்டைப் பித்தான்களைத் தானாக முடுக்கிக் கொள்ளல் போன்ற பல சிறுசிறு செயல்களையும் இச் சிறுவனிடம் எளிதில் கற்பிக்கலாம். இப் பருவத்தில் சிறுவன் மிகவும் கருத்தேற்றத்திற்கு (suggestibility) உட்படுபவனாக இருக்கிறான். அதிலும் தனது ஆசிரியையின் திறமையில் முழு நம்பிக்கை கொண்டவனாக நர்சரிச் சிறுவன் காணப்படுகிறான். எனவே, நர்சரி ஆசிரியையின் நடையுடை பாவனைகளையே அவனும் பின்பற்ற (imitation) முயலுகிறான். நர்சரி ஆசிரியை தான் திட்டமிட்டு நல்ல பழக்கங்களை மேற்கொள்வதன்மூலம் சிறுவர் சிறுமியர்களிடையே எளிதில் அப் பழக்கங்களை ஏற்றிவிட முடியும்.

நர்சரிப் பள்ளியில் சறுக்கி விளையாடுதல், எம்பிக் குதித்தல், மூன்று சக்கர வண்டி விடுதல், பந்தெறிதல் போன்றவற்றை ஊக்குவித்தல் சிறப்பு. இவ்வகை விளையாட்டுகள் சிறுவர்கள் தங்கள் இயக்க வளர்ச்சியை மிகுத்துக் கொள்ள மிகவும் உதவும்.

நர்சரிப் பள்ளிக்கு வரும் சிறுவர்களுக்கு முக்கியமாக உடல் வளர்ச்சி முறைகளே பயிற்றுவிக்கப்பட வேண்டும். மேலும், குறித்த காலத்தில் உரிய வகைகளில் உணவு கொள்ளல், உறங்குதல் போன்ற எளிய ஆனால் முக்கியமான உடலியற் செயல் முறைகளே இப் பருவத்தில் கற்பிப்பதற்கு ஏற்றவை. அதேபோல் உடலைத் தூய்மையாக வைத்துக்கொள்ளல், உடைகளைத் தூயவை

யாகப் பார்த்துக் கொள்ளல், தகுந்த உடைகளைச் சரியான முறையில் உடுத்துக் கொள்ளல் போன்ற எளிய செயல்களே இப் பருவத்தில் கற்பிக்கப்பட வேண்டும். எண், எழுத்து ஆகியவற்றைச் சிறுவனுக விரும்பிக் கற்கும் அளவிற்குக் கற்பிப்பதும் பொருத்தமே. குறிப்பாகச் செவிவழிக் கல்வியே இப் பருவத்திற்குகந்தது. நர்சரி ஓசைப் பாக்களைப் பின்பற்றுதல்வழி இப் பருவத்தில் கற்பித்தல் சிறந்ததாகும். படம் பார்த்துக் கதை சொல்லுதல், உருளைகளில் இடப்பட்ட கட்டைமணிகளைக் கொண்டு எண்களைக் கற்றல், சிறு சிறு பாடல்களைப் பாடுதல் போன்ற எளிய ஆனல் விறுவிறுப்பூட்டுவனவற்றைச் சிறுவர்கள் விரும்பிக் கற்குமளவிற்குக் கற்பித்தலும் பொருந்தும். இவையன்றி, கட்டாயமாகப் பாடங்களைச் சொல்லித் தர முயல்வது தவறு. விளையாட்டுப் பாங்கான சூழலில் சிறுவரும் சிறுமியரும் இவையனைத்தையும் விரும்பிக் கற்றலே சிறந்ததோர் சூழ்நிலையாகும். நர்சரிப் பள்ளி ஆசிரியை சிறுவர்களின் மெய்ப்பாட்டு வளர்ச்சிக்குப் பெரிதும் துணை செய்ய முடியும். குறிப்பாக இப் பருவச் சிறுவர்கள் தங்கள் ஆசிரியையிடத்து ஆழ்ந்த அன்பு செலுத்துவோராய்க் காணப்படுகின்றனர். எனவே, தங்கள் ஆசிரியையின் கவனத்தைத் திருப்பி அன்பினைப் பெறுவதற்காக இவர்கள் பல வழிகளிலும் முயன்றவண்ணமுள்ளனர். இதன் அடிப்படையில் நர்சரி ஆசிரியை சிறுவர்களுக்கு ஒழுங்கினைக் கற்பித்தல்கூடும். அதேபோன்று வேறு பிள்ளைகளோடு சேர்ந்து பழகுதற்கான வாய்ப்புகளைப் பெருக்கி, குழு வாழ்வினை எவ்வாறு பகிர்ந்து கொள்வது என்றும் சிறுவர் சிறுமியர்க்குக் கற்பிப்பதும் நர்சரிப் பள்ளி ஆசிரியையின் கடமையே.

ஆரம்பப் பள்ளிச் சூழ்நிலை

குழந்தைகள் அனைத்துமே நர்சரிப் பள்ளி செல்வதில்லை. பெரும்பாலான சிறுவர்கள் 5, 6 வயதளவிலேயே ஆரம்பப் பள்ளியில் நுழைகின்றனர். அதுவரை கட்டுதிட்டங்கள் எதுவுமின்றி வீட்டில் குறைந்த அளவினருடன் நெருங்கிப் பழகிவந்த சிறுவன் திடீரென்று கட்டுதிட்டங்கள் மிக்க புதியதோர் சூழ்நிலைக்குட்பட வேண்டியிருக்கிறது. இக் கட்டுதிட்டங்கள் அனைத்தும் இதுவரை தான் இயல்பாக வீட்டில் நடந்துவந்த நடைமுறைகளினின்று முற்றிலும் மாறுபட்டவையாக இருக்கின்றன. இவ்வளவில் முதல் ஓரிரு வாரங்கள் முனைப்பு மிக்கதாகப் பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகள் நிறைந்ததாக இருப்பது இயல்பே.

வீட்டில் பெற்றோரின் அன்பினையும் நம்பிக்கையையும் தங்கு தடையின்றிப் பெற்றுவந்த சிறுவன் இவ்வளவிலும் தன்னம்பிக்கை மிக்கவனுக இருக்கிறுன். இதனுல் பொருத்தப்பாடு எளிதாவ

துண்டு. இவ்வாறு தன்னம்பிக்கை மிக்க சிறுவன் ஆசிரியையின் மதிப்பினையும், தன் வகுப்பு மாணவர்கள் அக்கறையையும் கவர்வதற்காகப் புதிய முயற்சிகளை மேற்கொள்ள வேண்டியதில்லை. சாதாரணமாக, தன் வகுப்பு மாணவர்களுடன் ஒன்ருகத் தன் வகுப்பாசிரியையின் அன்பினை இவனுல் பகிர்ந்துகொள்ள இயலுகிறது. ஆனுல், வீட்டில் பெற்றோரது அன்பினையும் கவனத்தையும் முழுமையாகப் பெறத் தவறிய சிறுவனே தன் ஆசிரியையின் முழு கவனத்தையும் பெற ஏங்குகிருன்; தன் நண்பர்களிடமும் முழு கவனத்தையும் எதிர்பார்க்கிருன். இதனடிப்படையிலேயே பொருமையும் பூசலும் ஏற்படுகிறது. பள்ளிப் பாடங்களை நன்ருகப் பயிலும் சிறுவன் தான் நன்ருகப் படிப்பதனை மட்டும் அறிந்திருந்தால் போதாது. பொதுவாக இத்தகைய சிறுவன் தன் பெற்ருேரும் தன் ஆசிரியையும் தன் திறமையை ஏற்றுக்கொண்டு போற்றவேண்டும் என்று எதிர்பார்க்கிருன். குறிப்பாக வகுப்பில் பலருக்கெதிரே போற்றப்படும் சிறுவன் பெருமளவு மகிழ்ச்சியடைகிருன். காப்புணர்ச்சியற்ற, தான் பற்ருக்குறையானவன் என்று எண்ணும் சிறுவனுக்குப் பள்ளியில் சேரும் முதல் ஒருசில வாரங்கள் மெய்ப்பாட்டு முனைப்பு மிக்க காலமாக அமைகிறது. குறிப்பாக அவன் இந்நிலையில் கால அட்டவணைக்குக் கட்டுப்பட்டு நடக்க வேண்டியிருக்கிறது. பள்ளி வரைமுறைகட்கு ஏற்பக் கட்டுபாட்டுடன் இருக்க வேண்டியிருக்கிறது. ஆசிரியையின் அதிகாரத்தை ஏற்றுப் பணிந்து நடக்கவேண்டியிருக்கிறது. நீண்ட நேரங்களுக்கு ஒரே வகுப்பறையில், ஏன் ஒரே இடத்தில் உட்கார்ந்திருக்க வேண்டியிருக்கிறது. அவ்விடத்தை விட்டு எழுந்து ஓடி விளையாட இயலுவதில்லை. இதுமட்டுமன்றி ஆசிரியை, பிற மாணவர்கள் ஆகியோரின் கவனத்தையும், மதிப்பையும் பெறுவதற்காகப் பலருடன் போட்டியிட வேண்டியிருக்கிறது.

ஆரம்பப் பள்ளி ஆண்டுகளில் இவ் உண்மைகளை ஆசிரியைகள் கவனத்தில் கொள்ள வேண்டியது இன்றியமையாத ஒன்ருகும். இன்றைய கல்விக் கொள்கைகள் சிறுவர்களை அமைதியாக அடக்கி அறையில் அடைத்து ஏதோ ஒருசில செய்திகளை அவர்களிடம் திணிப்பதனை வரவேற்பதில்லை. மாருக, சிறுவர்களிடம் இயல்பாக ஏற்படும் வளர்ச்சியை நெறிப்படுத்தி தன்னம்பிக்கை, தன்னைச் சார்ந்திருத்தல் (self reliance), சமூக இயல்பான நோக்குகளைக் கொண்டிருத்தல் போன்றவற்றை ஏற்படுத்துவதனையே இன்றைய கல்வியாளர்கள் வலியுறுத்துகின்றனர். இதனுலேயே பள்ளிச் சிறுவர்கள் மகிழ்ச்சிகரமான, நல்ல பொருத்தப்பாடுகள் கொண்டவர்களாக முதிர்ச்சி பெறமுடியும். இன்றைய ஆசிரியைகள் ஒவ்வொரு சிறுவர்களையும் புரிந்துகொண்டு அவர்களிடம் உள்ள ஆழ்ந்த அடிப்

படைத் தேவைகளான பாதுகாப்பிற்கான தேவை, அன்பு பெறுவதற்கான தேவை, ஏற்றுக்கொள்ளப்படுவதற்கான தேவை, குழுவினுடன் சேர்ந்திருக்க வேண்டும் என்பதற்கான தேவைபோன்ற இன்ன பல தேவைகளையும் நிறைவு செய்ய முயல்வதே சிறப்பு.

மெய்ப்பாட்டுத் தொல்லைகளைக் கண்டுபிடித்தல்

பள்ளியாசிரியர்கள் மாணவர்களது மெய்ப்பாட்டு நலத்தில் மிக்க கவனம் செலுத்த வேண்டிய கடமை கொண்டவர்களாக உள்ளனர். எனவே, சிறுவர் தம் தவறான பொருத்தப்பாடுகளைக் கண்டறிந்து அவற்றை நெறிப்படுத்துதல் பள்ளியாசிரியர்களது முக்கிய அலுவல்களில் ஒன்றாக அமைகின்றது. ஆனால், பெரும்பாலான ஆசிரியர்கள் இவ் உண்மையை அவ்வளவாக உணருவதில்லை. மாறாக, கல்வி புகட்டுவது ஒன்றையே தம் நோக்காகக் கொண்டுள்ளனர். இந்நிலை மாறுதல் அவசியமாகும். அவ்வாறு உணரும் சிலரும் உண்மையிலேயே தவறான பொருத்தப்பாட்டு நடத்தைகள் எவை எவை என்று தெளிவாக அறிந்திருப்பதில்லை.

ஆசிரியர்களும் உளநல நியதிகளும்

பொதுவாக ஆசிரியர்கள் அனைவருமே உளவியல் நியதிகளை கவனத்தில் கொள்வது அவசியம். பல அறிவியல் முறைகளைப் பயன்படுத்தி, தவறான பொருத்தப்பாடு கொள்ளும் மாணவர்களைக் கண்டறிதல் இன்று எளிதே. மிக அதிகமாக நகங் கடித்தல் (nail biting), பெருவிரல் சூப்புதல் (thumb suching), அமைதியின்மை (restlessness), பொறுப்பின்மை (irresponsibility), எதிரிடையாக நடத்தல் (negative), கைமுட்டிப் பழக்கம் (masturbation), பிடிவாதப் போக்கு, பகல் கனவில் அதிகமாக ஈடுபடுதல் (day dreams), திக்குதல் (stuttering) போன்றவைகளைத் தவறான பொருத்தப்பாட்டின் அறிகுறிகளாக ஆசிரியர்கள் கொள்ளல் வேண்டும். ஆசிரியர் வகுப்பறையில் கவனத்துடன் மாணவர்களை நோக்குவதன்மூலமே இவ்வறிகுறிகளைக் கண்டுகொள்ள முடியும். இவ்வாறு வகுப்பறையில் கண்காணிப்பதனை அன்றி மாணவர்களுடன் தனித்தனியாகத் தனிமையில் உரையாடுவதன்மூலமும் மாணவர்களைப்பற்றிய பல உண்மைகளை ஆசிரியர்கள் அறிந்துகொள்ள முடியும். மேலும் பள்ளித் தேர்வுகளின் முடிவுகளும் இவ்வகையில் உதவுவதுண்டு. நுண்ணறிவுச் சோதனை முடிவுகளுடன் மாணவர்கள் வகுப்புத் தேர்வுகளில் பெரும் மதிப்பெண்களையும் வகுப்பு நடத்தையினையும் ஒப்பிட்டுப் பார்ப்பதனால் மாணவர்களைப்பற்றிய பல விவரங்களையும் ஆசிரியர்கள் பெருமளவு அறிந்துகொள்ள முடியும். இவையன்றி இன்று பல தரமான

ஆளுமைச் சோதனைகள் நம்மிடம் உள்ளன. இவைகளைப் பயன் படுத்துவதன்மூலம் ஆசிரியர்கள் மாணவர்களது பொருத்தப் பாட்டுச் சிக்கல்களைப்பற்றியும், மெய்ப்பாட்டு நிலைபற்றியும் தெளிவாக அறிந்துகொள்ள முடியும். இறுதியாக, பள்ளியில் நடைபெறும் உடலியற் பரிசோதனைகளும் இவ்வாறு மாணவர் தம் உளநலன்பற்றிப் புரிந்துகொள்ளப் பெருமளவு துணை செய்வதுண்டு.

வகுப்பறையில் நடத்தைப் பிரச்சினைகளைக் கண்டுபிடித்தல்

பல ஆசிரியர்களுக்குச் சிறுவரிடையே உள்ள நடத்தைப் பிரச்சினைகளைக் கண்டுகொள்ளவே இயலுவதில்லை. ஏனைய சிலரோ இயல்பாக உள்ள சிறுவர்களையும் பிரச்சினைமிக்கவர்கள் என்று கருதுகின்றனர். எனவே, மாணவரிடையே பிரச்சினைகள் உள்ளனவா என்பதனைத் தீர்மானிக்க உதவும் வகையில் ஒருசில பொது நியதிகளை ஆசிரியர்கள் மனத்தில் கொள்ள வேண்டியிருக்கிறது. ஒருசில ஆசிரியர்கள் மிக உயர்ந்த தரங்களின் (standard) அடிப் படையில் மாணவர்களை மதிப்பிட முற்படுகின்றனர். இவ்வாறு மிக உயர்ந்த தரங்களைக் கொண்டால் மாணவர் அனைவருமே பிரச்சினை மிக்கவர்களாகவே காணப்படுவர். எனவே, முதன் முதலாக ஆசிரியர் தாங்கள் மாணவர்தம் பிரச்சினைகளை மதிப் பிடக் கடைப்பிடிக்கும் தரங்கள் மிக உயர்ந்தவையா என்பதனை நன்கு சிந்தித்துத் தீர்மானித்துக் கொள்ள வேண்டும். இவ்வாறு ஆசிரியர் உண்மையியல்பான, சமூகச் சூழ்நிலைக்கேற்ற தரங்களைக் கடைப்பிடிக்க முயல்வதனாலேயே நல்ல பயன் விளையும். ஒருசில ஆசிரியர்கள் தங்கள் தோல்விகளையும், மன முறிவுகளையும் (frustrations) மறப்பதற்காகத் தாங்கள் கொண்டிருந்த உயர்ந்த இலட்சியங்களைத் தங்கள் மாணவரிடம் ஏற்றிக் காண முயல் கின்றனர். இத்தகைய நிலையைத் தவிர்க்க ஆசிரியர்கள் முற்பட வேண்டும்.

சில ஆசிரியர்கள் மாணவர்தம் வயதிற்கும் மேற்பட்ட நடத்தை களையும் திறமைகளையும் எதிர்பார்க்கின்றனர். ஓர் குறிப்பிட்ட வயதில் காணப்படும் நடத்தை அவ்வயதிற்கும் குறைந்த வயதளவு நடத்தை காணப்படும்போதே அதனை நாம் பிரச்சினை என்று குறிப்பிட முடியும். எனவே, ஆசிரியர் வயதிற்கேற்ற நடத்தை மாணவரிடம் இருப்பதனை நன்கு ஆராய்ந்த பின்பே பொருத்தப் பாட்டுப் பிரச்சினை இருக்கிறதா இல்லையா என்று தீர்மானிக்க முடியும். மிகச் சில ஆசிரியர்களே பள்ளியில் காணப்படும் ஒரு சில பிரச்சினைகள் மாணவர்தம் வீட்டுச் சூழ்நிலையின் அடிப்

படையில் ஏற்படுவதனையே பிரதிபலிக்கின்றன என்று அறிந்துள்ளனர். ஆக்கிரமிப்பு (aggressive) நடத்தை, அக்கறையின்மை போன்றவை வீட்டில் உள்ள மெய்ப்பாட்டுக் கோளாறான சூழ்நிலையையே எடுத்துக் காட்டுகின்றன. இவ்வாறு மாணவரது நடத்தைக் கோளாறுகளுக்கு அவர்களது வீட்டுச் சூழ்நிலை எத்துணையளவு காரணமாக இருக்கிறது என்று ஆசிரியர்கள் அறிய வேண்டியது அவசியம். இது மாணவர்களிடையே உள்ள பிரச்சினைகளைக் கண்டுகொள்ள உதவி செய்வது திண்ணம். மாணவரிடையே அவ்வப்போது ஒருசில நடத்தைப் பிரச்சினைகள் தோன்றி மறைவதுண்டு. இவற்றை ஆழ்ந்த மெய்ப்பாட்டுக் கோளாறுகளினின்று பகுத்தறிவது அவசியம். இவ்வாறு தோன்றி மறையும் பிரச்சினைகள் அப்போதைய தற்காலிகச் சூழ்நிலையின் அடிப்படையில் ஏற்படுகின்றன. இவை சூழ்நிலை அழுத்தங்கள் குறையக் குறையத் தாமாகச் சரியாகிவிடும். மெய்ப்பாட்டுக் கோளாறுகளின் அடிப்படையில் ஏற்படும் பிரச்சினைகள் அடிக்கடி, திரும்பத் திரும்ப ஏற்படுவனவாக இருக்கின்றன. இவ்வாறு தொடர்ந்து திரும்பத் திரும்ப அடிக்கடி ஏற்படும் பிரச்சினைகளையே உளநலமின்மையின் அறிகுறியாக ஆசிரியர் கொள்ளவேண்டும்.

சாதாரணமாக முனைப்பு, மெய்ப்பாட்டுக் கொந்தளிப்பு ஆகியவை தன்னந்தனியாக ஏற்படுவதில்லை. மெய்ப்பாட்டுப் பிரச்சினை கொண்ட மாணவர்கள் பல வழிகளில் தங்கள் உளநலமின்மையைப் பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகளாக வெளிப்படுத்துகின்றனர். ஆக்கிரமிப்பு மிக்க முரட்டு மாணவன் எப்போதும் முனைப்பு மிக்கவனாக இருக்கிறான் ; ஏமாற்றமிக்கவனாக இருக்கிறான் ; படுக்கையில் சிறுநீர் கழிப்பவனாக இருக்கிறான். எனவே, ஒரு மாணவனைக் கவனிக்கும் ஆசிரியர் அவனிடம் தொடர்பான பல பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகளும் தொகுதியாக அமைந்திருப்பதனையும் நன்கு ஆராயவேண்டிய அவசியம் எழுகிறது.

மெய்ப்பாட்டுச் சிக்கல் கொண்ட மாணவர்கள் தங்கள் ஆசிரியரிடம் ஆழ்ந்த விருப்பு வெறுப்புகள் கொண்டிருப்பதும் உண்டு. இதனையும் பிரச்சினைகளைக் கண்டுபிடிக்க உதவும் ஆசிரியர்கள் ப'''னுள்ள வழியில் பயன்படுத்திக்கொள்ள முடியும். குறிப்பிட்ட சில மாணவர்கள் தன்னிடம் அதிக விருப்போ வெறுப்போ கொண்டிருக்கிறார்களா என்று ஆசிரியர் கூர்ந்து கவனிப்பது இவ்வளவில் பயன் விளைவிக்கும்.

தவறான பொருத்தப்பாடுகள் மாணவர்களிடையே உள்ள உறவு முறைகளில் எளிதில் வெளிப்படுகின்றன. தமது

வகுப்பினரால் ஏற்றுக் கொள்ளப்படாத சிறுவர்கள் ஆழ்ந்த பொருத்தப்பாட்டுச் சிக்கல் கொண்டிருக்கின்றனர். வகுப்பின ரால் ஏற்றுக்கொள்ளப்படும் மாணவர்களிடம் அவ்வளவாகத் தவறுன் பொருத்தப்பாடுகள் இருப்பது அரிது. எனவே, பிரச்சினை மாணவர்களைக் கண்டறிய முற்படும் ஆசிரியர் அம் மாணவர்களை அவர்களது ஒத்த வயதுடைய வகுப்பு மாணவர்கள் விரும்பி ஏற்றுக்கொள்கிறுர்களா என்று ஆராய வேண்டியிருக்கிறது.

பெரும்பாலான ஆசிரியர்கள் தவறுன பொருத்தப்பாடுகள் கொண்ட சிறுவர்கள் தங்கள் பொருத்தப்பாட்டுச் சிக்கல்களைத் தாங்களாகவே உணர்ந்திருக்கின்றனர் என்று நம்புகின்றனர். ஆனுல், உண்மை இதுவன்று ; பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகள் கொண்ட மாணவர்கள் தங்கள் நடத்தையின் தன்மையை அவ்வாறு உணருவதில்லை. இவ்வாறு தன் நடத்தை சமூகத்தால் ஏற்றுக்கொள்ளப்படாததாக, சிக்கல் வாய்ந்ததாக இருப்பதைப் புரிந்து கொள்ளும் சிறுவர்கள் இத்தகைய பொருத்தப்பாட்டுச் சிக்கல்களினின்று விடுபட முயற்சி செய்து வெற்றி பெறுவது இயல்பு. எனவே, மாணவர்கள் தங்கள் நடத்தைக்கான காரணங்களை நன்கு புரிந்து கொண்டிருக்கிறுர்களா என்று அறிந்து அதனடிப்படையில் பிரச்சினை மாணவர்களைக் கண்டறிய ஆசிரியர்கள் முயற்சி செய்ய முடியும். பிரச்சினை மாணவர்களைக் கண்டறிவதும், மாணவர்தம் உளநலப் பிரச்சினைகளைக் கண்டுபிடிப்பதும் எளிதான காரியமன்று. ஒவ்வோர் ஆசிரியரும் மாணவர்தம் நடத்தைக்கு அடிப்படையாக உள்ள தேவைகளையும், ஊக்குவிகளையும் நன்கு அறிந்து கொள்ளவேண்டும். மேலும் மாணவர்தம் உடல், உள வளர்ச்சி நியதிகளையும் ஆசிரியர் நன்கு புரிந்துகொள்ள வேண்டும். இவ் வேளைகளிலேயே ஆசிரியர்கள் இவ்வகையில் வெற்றி பெற முடியும்.

18. பள்ளியில் காணப்படும் தவருன பொருத்தப் பாடுகளும் அவற்றைச் சமாளிக்கும் முறைகளும்

எண்ணற்ற தேவைகளை நிறைவு செய்து கொள்வதற்கும், தங்கள் ஆவல்களை நிறைவேற்றிக் கொள்வதற்கும் ஒவ்வொரு வரும் தொடர்ந்து முயன்றவண்ணம் இருக்கின்றனர். இத்தகைய முயற்சிகளில் இடையிடையே ஏற்படும் தடைகளைத் தாண்டிச் சமாளிக்க வேண்டிய கட்டாயம் ஏற்படுவது இயல்பு. சிறுவர் களும் இளைஞர்களும் இவ்வாறு சமாளிப்பதில் முதிர்ச்சி பெற் றோரைக் காட்டிலும் திறன் குன்றியவர்களாக உள்ளனர். தவிர்க்கவொண்ணுத இன்றியமையாத வகையில் பல பிரச்சினை களில் சமரசங்களை ஏற்றுக்கொள்வது இவர்களுக்கு அவ்வளவாக இயலுவதில்லை. இவ்வாறு அவ்வப்போது சிறந்த அல்லது மன நிறைவூட்டும் தீர்வுகளை அடைய முடியாதபோது முனைப்புகள் (tensions) மிகுந்து ஒருவரது நடத்தையையே பாதிக்கக்கூடிய நிலை ஏற்படுகிறது. இவ்வடிப்படையிலேயே சிறுவர்களிடையே பல பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகள் காணப்படுகின்றன.

தவருன பொருத்தப்பாடுகளும் அதன் விளைவுகளும்

வாய்ப்புக் கேடான வகையில் ஆசிரியர்கள் இத்தகைய தவருன பொருத்தப்பாடுகள் மிக்க சூழ்நிலையில் பெரும்பாலான காலத்தைச் செலவிடுவதால் இத்தகையவற்றைச் சாதாரணமான அன்ருட நிகழ்ச்சிகளாக ஏற்றுக்கொள்கின்றனர். எனவேதான் கவனமற்றிருத்தல், முரட்டுத்தனம், சண்டையிடல், கீழ்ப்படி யாமை, தயக்கம் போன்றவை மாணவர்களிடையே காணப்படும் போது அவர்கள் அவ்வளவாகப் பரபரப்படைவதில்லை. சில ஆசிரியர்கள் இவற்றைத் தவிர்க்கவொண்ணுதவை என்றுகூட

நம்புகின்றனர். இது ஓரளவிற்கே பொருந்தும். பெரும்பாலும் இத்தகைய விரும்பத்தகாத நடத்தைகள் காலப் போக்கில் திருந்திவிடுவதும் உண்மையே யென்ருலும் இவை இன்னமும் வலுவடைந்து சிறுவனின் ஆளுமையில் நிரந்தரமான பொருத்தப் பாட்டுப் பிரச்சினையாக அமைந்துவிடுவதும் சாதாரணமான நிகழ்ச்சியே. பெரும்பாலான பள்ளிச் சிறுவர்களிடையே மெய்ப் பாட்டுத் தொல்லைகள் காணப்படுவதனை உளவியல் ஆராய்ச்சிகள் எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. இத்தகைய சிறுவர்கள் ஆசிரியர் களுக்கும் பிற மாணவர்களுக்கும் மட்டும் பிரச்சினையாக இருப்ப தில்லை; தமக்கே பெரும் புதிர்களாகவும் இவர்கள் காணப்படு கின்றனர். இதுமட்டுமன்றி இது வகுப்பின் முன்னேற்றத்தை யும் பாதிக்கக்கூடும்.

ஆக்கிரமிப்புத் தன்மை

கீழ்ப்படியாமை, எதிர்த்தல், அடித்தல், தள்ளுதல், குத்துதல், தள்ளிவிடுதல் போன்றவற்றை வகுப்பறையிலும் விளையாட்டுக் களத்திலும் சாதாரணமாகப் பார்க்கிருேம். பொதுவாகப் பெற்ருேர்களுக்குத் தங்கள் குழந்தைகளது ஆக்கிரமிப்புத் தன்மை புரிவதில்லை; தெரிவதும் இல்லை. ஒருசில சிறுவர்கள் வீட்டில் மிக அமைதியாகவும் பணிவாகவும் நடந்துகொண்டு பள்ளியில் இதற்கு நேர் எதிராக நடந்துகொள்வதும் உண்டு. இத்தகைய வேளைகளில் பெற்ருேருக்குத் தங்கள் குழந்தைகள் பள்ளியில் இவ்வாறு நடப்பது பெரும் அதிர்ச்சியையும் ஆச்சரியத் தையும் ஏற்படுத்துவதில் வியப்பில்லை.

வீட்டில் மிகக் கடுமையான கட்டுதிட்டங்களுக்கு உட்பட்டு நடக்கும் சிறுவர்களும், கடும் தண்டனைகள்மூலம் வீட்டில் பணிந்து நடக்குமாறு செய்யப்பட்ட சிறுவர்களும் பள்ளியில் தங்கள் பகைமையினையும் மனத்தாங்கலையும் வெளியிடுகின்றனர். பெற்ருேர் தங்கள் குழந்தைகள் அடங்கி நடப்பதனையே வலி யுறுத்துகின்றனர். இதற்கு எவ்வகையில் வழிப்படுத்துவது என்று அவர்கள் சிந்திப்பதில்லை; கவலைப்படுவதுமில்லை. ஆக்கிரமிப்பு மிக்க சிறுவனை வகுப்பறையில், குறிப்பாக மாணவர்கள் நிரம்பி வழியும் வகுப்புகளில் கையாள்வது தொல்லை மிக்க ஓர் பிரச் சினையாகும். இத்தகைய முரட்டுச் சிறுவனுல் ஏற்படும் குழப்பங் களைச் சரி செய்ய வேண்டியது மட்டுமன்றி அவனது கவனத்தைப் பெறவும் ஆசிரியர் பெருமளவு முயற்சிக்க வேண்டியிருக்கிறது. இதனுல் வகுப்பு நேரம் பாழ்படுகிறது.

மாணவர்களைப் புரிந்துகொள்ளக்கூடிய திறமையும், புரிந்து கொள்ள வேண்டும் என்ற பொறுமையும் பெற்ற நல்லாசிரியர்

முரட்டுச் சிறுவனிடம் இசைவான உறவினை ஏற்படுத்திக்கொள்ள முயல்கிறார். இவர் சிறுவனின் பிரச்சினைகளைச் சுதந்திரமாக விவாதிக்க வாய்ப்பளிக்கிறார். இயன்றவரை அவனது நடத்தைகளைப் பொருட்படுத்துவதில்லை. ஆசிரியரால் அவனது பெரும்பாலான நடவடிக்கைகளை ஏற்றுக்கொள்ள முடியாவிட்டாலும் எப்போதுமே அவனை விரும்பி ஏற்றுக்கொள்வதனைத் தெளிவாக்குகிறார் அவன் தன்முனைப்புகளினின்று விடுபட வழி செய்யும் வகையான பொழுதுபோக்குகளை அவனுக்குக் கற்பிக்கிறார். படம் வரைதல், களிமண் கொண்டு உருவங்கள் செய்தல், தச்சுக் கருவிகளைக் கையாளல் போன்றவற்றில் அவன் ஈடுபட வகை செய்கிறார். எல்லாவற்றிற்கும் சிறுசிறு செயல்களின்மூலமும், சொற்கள் மூலமும் அவனைத் தான் ஏற்று உரிய வகையில் அவனுக்கு மதிப்பளிப்பதனை அவன் உணருமாறு செய்கிறார். இவ்வாறு ஆசிரியர் நடந்துகொள்வதால் முரட்டுச் சிறுவனிடம் தன் சொந்த உணர்ச்சிகளும், சமூக நடத்தையும் பெருமளவு விரும்பத்தக்க மாறுதல்களை அடைகின்றன. இத்தகைய மாற்றங்கள் ஏற்பட சிறுவனின் வீட்டுச் சூழ்நிலையும் துணை செய்வதாக அமைதலும் அவசியமே.

அதிகமாக மதிப்பெண்கள் பெறக்கூடிய திறமையையும் நுண்ணறிவினையும் பெற்றிருந்தபோதிலும் முரட்டுச் சிறுவர்கள் அவ்வளவாக மதிப்பெண் பெறுவதில்லை. படிப்பினைக் காட்டிலும் ஏனையவற்றில் அதிக அக்கறை செலுத்தப்படுவதே இந்நிலைக்குக் காரணம். இவ்வாறு மதிப்பெண் பெறத் தவறுதல் மேலும் ஆக்கிரமிப்புத் தன்மையை வளர்ப்பதாகவே அமைகின்றன.

கவனத்திற்கு ஏங்கும் சிறுவர்கள்

ஒருசில சிறுவர்கள் பிறர் கவனத்தைப் பெறப் பெரிதும் முயல்வதுண்டு. வகுப்பறையிலும் சரி, விளையாட்டுக் களத்திலும் சரி, இச்சிறுவர்கள் பிறர் கவனத்தைக் கவர்வதற்கே முழுவதாக முயல்கின்றனர். எனவே, கேட்கப்படும் வினாவிற்கான விடையினை அறியாதவேளையிலும் இச் சிறுவர்கள் தங்கள் கைகளை உயர்த்துகின்றனர். பிற சிறுவர்களுக்குப் ' பூச்சாண்டி ' காட்டுகின்றனர். முகம் வலித்துக் கேலி செய்கின்றனர். பொருள்களைக் கீழே தள்ளுகின்றனர். ஓசையிட்டுப் பேசுகின்றனர். விசிலடிக்கின்றனர். அறிவற்ற வினாக்களை எழுப்புகின்றனர். அனாவசியமான விவாதங்களுக்கு வித்திடுகின்றனர். இத்தகைய நடத்தைக்கு இவர்களிடம் ஆழ்ந்துள்ள தாழ்வுச் சிக்கலே (inferiority complex) காரணமாகும். இத்தகைய நடத்தைகளை வகுப்பறையில் அவ்வப்போது கண்டிப்பது தவறான விளைவையே ஏற்படுத்தும். இத்தகைய கண்டிப்புகள் கவனத்தை விழைந்து நடக்கும் சிறுவனுக்கு ' தண்டனை 'யாகப்

பொருள்படாது தனது நோக்கத்திற்குக் கிட்டிய 'வெற்றி'யாகவே பொருள்படுகிறது. இதனுல் இவ்வகை நடத்தைகள் மிகுமே அன்றிக் குறைவதில்லை. எனவே, இதனைத் தவிர்க்க ஆசிரியர் முதலில் இத்தகைய சிறுவர்களது உள்ளத்தைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டிய அவசியம் எழுகிறது. இவ்வாறு சிறுவனின் தாழ்வுச் சிக்கலுக்குக் காரணங்களை உளவியல் முறைகளில் கண்டறிந்து களைவதே இப் பிரச்சினைகளைத் தீர்ப்பதற்கு ஆன ஒரே வழியாகும்.

கவனத்திற்கு ஏங்கும் சிறுவர்களை அடக்க ஆசிரியர் இயன்ற அளவு அவர்களது முயற்சிகளைப் புறக்கணிக்கவேண்டும். பிறகு இச் சிறுவர்களிடம் உண்மையிலேயே உள்ள திறமைகளை அறிந்து அதனடிப்படையில் அவர்களை ஓரளவு புகழ வேண்டும். இதுவன்றி வகுப்புத் தலைமை, தண்ணீர், காசினை வசூலித்தல் போன்ற சிறு பொறுப்புகளை இவர்களுக்கு அளித்தலும் நன்றே. இவற்ருல் இத்தகைய உரியவகையில் எவ்வாறு பிறர் கவனத்தைப் பெறுவது என்று கற்கின்றனர். மேலும், தன்னிடம் பொறுப்புகளை ஒப்படைப்பதால் தன்னையும் பிறர் ஏற்றுக்கொள்கின்றனர் என்ற நம்பிக்கையும், தன்மதிப்பும், தன்னம்பிக்கையும் இவர்களிடம் ஏற்படுகிறது. இவ்வகையில் தாழ்வுச் சிக்கல் குறைந்து மறைய வாய்ப்பு ஏற்படுகிறது.

உணர்ச்சி முனைப்பு மிக்க சிறுவர்கள் (Nervous children)

ஒருசில சிறுவர்கள் உணர்ச்சி முனைப்பு மிக்கவர்களாக அமைதியற்று, குறுகுறுப்பு மிக்கு, புலன் உணர்ச்சி மிகுந்து இருக்கின்றனர். இத்தகைய சிறுவர்கள் அடிக்கடி தங்கள் இயல்பினை இழந்து உணர்ச்சிவசப்படுகின்றனர். கோபமும் அழுகையும் அடிக்கடி இவர்களிடம் ஏற்படுகிறது. சிறிது நேரங்கூட இவர்களால் ஒரே இடத்தில் அமைதியாக உட்கார்ந்திருக்க முடிவதில்லை. இவர்களிடம் நகங் கடித்தல், உதடுகளைக் கடித்தல், நாக்கினைத் துருத்துதல், பென்சில் முனைகளைக் கடித்தல், கைக்குட்டை நுனியினை முறுக்குதல் போன்றவை அடிக்கடி தொடர்ந்து காணப்படுகின்றன. இவர்களுக்குப் பசி ஏற்படுவதில்லை. இவர்கள் தூக்கம் அடிக்கடி கலைவதாக இருக்கிறது. இவர்களைப் பார்ப்பதற்கே கவர்ச்சியற்று இருக்கிறது.

இத்தகைய சிறுவர்கள் ஆசிரியரையும் பிற மாணவர்களையும் குழப்பத்திற்குள்ளாக்குகின்றனர். இவர்களால் வகுப்பின் அன்ருட அலுவல்கள் பெருமளவு பாதிக்கப்படுகின்றன.

உணர்ச்சி முனைப்பு மெய்ப்பாட்டுக் கோளாற்றையே பிரதி பலிக்கிறது. சில வேளைகளில் போதிய உணவூட்டமின்மை, போதிய அளவு உறக்கமின்மை, நோய் ஆகியவற்றின் அடிப் படையிலும் இந்நிலை ஏற்படுவதுண்டு. மன முறிவுகள், தீர்க்க முடியாத உளப் போராட்டங்கள் போன்றவையே பெரும் பாலான வேளைகளில் இந்நிலைக்கான காரணங்களாக இருக் கின்றன. பெரும்பாலான சிறுவர்களிடம் வீட்டில் உள்ள சூழ் நிலை இதனைத் தோற்றுவிக்கின்றது. சிலருக்குப் பள்ளிச் சூழ் நிலையே இதனைத் தோற்றுவிப்பதும் உண்டு; வேறு சில வேளை களில் வீடு, பள்ளி ஆகிய இரண்டின் சூழ்நிலைகளும் இவ்வகையில் ஒரே விளைவினை ஏற்படுத்துகின்றன. இத்தகைய சிறுவர்களுக்கு உணர்ச்சிவயப்படுதல் கூடாது என்று எடுத்துக் கூறுவதால் பயன் எதுவும் ஏற்படுவதில்லை. மெய்ப்பாட்டுத் தொல்லைகள் கொண்ட சிறுவர்கள் உணர்ச்சிவயப்படுதலே இயற்கை. இத்தகைய சிறுவர் களிடையே காப்புணர்ச்சியையும் தன்னம்பிக்கையையும் வளர்ப் பதே இதனைப் போக்குவதற்கான வழி. அன்பு, ஆதரவு, புரிந்து கொள்ளல் போன்ற உளநலப் பாங்கான சூழ்நிலையை உருவாக்கு தலே இவ்வகையில் மேற்கொள்ள வேண்டிய முதல் முயற்சி. இதற்குச் சிறுவர்களை நன்கு உடற் பரிசோதனை செய்தல் வேண்டும். உடல் வளர்ச்சியில் ஏற்படும் கோளாறுகளில் இம் முனைப்பு நிலை ஏற்படுகிறதா என்பதனைத் திட்டமாகத் தெரிந்து கொண்டு அவற்றைப் போக்க மருத்துவ உதவியை நாடுதல் வேண்டும். இத்தகைய சிறுவர்களைச் சமூக அழுத்தங்கள் ஓரளவு குறைந்த வகுப்புகளில் சேர்ப்பதால் இவர்களது மன விறைப்புக் குறைதல் உண்டு. இத்தகைய வேளைகளில் உரிய உளவியற் சோதனைகளின்மூலம் இந் நிலைக்கான அடிப்படைக் காரணங்களைக் கண்டறிந்து களைவதே இப் பிரச்சினைகளைத் தீர்ப்பதற்கான வழி யாகும்.

திக்குதல் (Stuttering)

இன்று திக்குதலை ஒரு மெய்ப்பாட்டுக் கோளாறாகவே வகைப் படுத்தியுள்ளனர். சிறுவனின் அடிப்படை உளவியல் தேவைகள், குறிப்பாகக் காப்புணர்ச்சி, சொந்த மதிப்பு, போதுமையுடைமை போன்றவை நிறைவு செய்யப்படாத வேளைகளில் திக்குதல் ஏற்படுகிறது. எள்ளி நகையாடல், மிகக் கண்டிப்பான ஒழுக்கப் பயிற்சி முறைகள், ஏனைய சிறுவர்களுடன் பொருத்தமற்ற வகையில் ஒப்பிடுதல், பெற்றோரின் சச்சரவு, வெளிப்படையான அன்பு இன்மை, இன்ன பிற முனைப்பு ஏற்படுத்தும் காரணிகள் பள்ளிச் சிறுவனிடம் இறுதியாகத் திக்குதலை உண்டாக்கலாம். தங்கள் மெய்ப்பாடுகளைக் கட்டுப்படுத்திக்கொள்வதில் தொல்லை

கொண்ட சிறுவர்களும், எளிதில் சங்கடத்திற்குள்ளாகும் சிறுவர்களும், அடிக்கடி கவலைப்படுபவர்களும் இவ்வாறு திக்குதலுக்கு உள்ளாகின்றனர். திக்கும் சிறுவன் காப்புணர்ச்சியற்றவனாகவும் தாழ்வு எண்ணங்களுடன் அவதியுறுபவனாகவும் இருக்கிறான். இந்த நிலை நாளடைவில் அதிகரிக்கிறது.

இத்தகைய சிறுவர்களிடம் காப்புணர்ச்சியை வளர்த்துத் தன்னம்பிக்கையை அதிகரிக்கச் செய்வது முக்கியமாகும். இத்தகைய சிறுவர்களை அனுதாபத்துடனும் (sympathy) அன்புடனும் புரிந்து கொள்ள ஆசிரியர்கள் முயலவேண்டும். இயன்றவரை இச் சிறுவர்களை உளப் போராட்டத்தையும், மனமுறிவையும் ஏற்படுத்தும் சூழ்நிலைகளுக்கு உள்ளாகாமல் பாதுகாக்க வேண்டும். இதனால் இவர்கள் முற்றிலும் ஒதுங்கியிருப்பதனை அனுமதிக்க வேண்டும் என்பதன்று. வகுப்பு நடைமுறைகளிலும் ஏனைய விளையாட்டுகளிலும் இச் சிறுவர்கள் இயல்பாகப் பழகுவதற்கு ஊக்குவிக்கப்படவேண்டும். வகுப்பிலுள்ள ஏனைய மாணவர்கள் இதனைப் புரிந்துகொண்டு இதில் அதிக அக்கறை காட்டுவதனைத் தவிர்க்க ஆசிரியர்கள் உதவவேண்டும். இவையன்றி இச்சிறுவர்கள் தம் மன எழுச்சிகளை உரிய வகையில் வெளியிட்டுத் தணித்துக் கொள்ளப் பள்ளியில் வசதிகள் செய்துதரப்படவேண்டும். இம் முறைகளினால் சிறுவர்களிடம் திக்குதல் நிற்காமல் போகுமெனின், மருத்துவ உளவியர், அல்லது உளமருத்துவரின் உதவியை நாடுவது அவசியம்.

தயக்கமிக்க சிறுவர்கள்

பொதுவாக ஒவ்வொரு வகுப்பிலுமே ஒருசில சிறுவர்கள் கூச்சமிக்கவர்களாக, நாணமிக்கவர்களாக, வெட்கப்படுபவர்களாக, ஒதுங்கிப் பின்வாங்குபவர்களாக இருப்பது இயல்பு. காப்புணர்ச்சியின்மையும், தான் பற்றுக்குறையானவன் (inadequacy) என்ற எண்ணமுமே இந்நிலைக்கான அடிப்படைக் காரணமாகும். இத்தகைய சிறுவர்கள் வகுப்புப் பாடங்களைக் கற்றுத் தேற மிகவும் துன்பப்படுகின்றனர். இவர்களுக்கு ஏனைய சிறுவர்களுடன் சமூக இயல்பாகப் பழகுவது கடினமாக இருக்கிறது. இவர்கள் தங்களை யாரும் விரும்புவதில்லை என்றும் தங்களுக்கு எவ்விதத் திறமையும் இல்லை என்றும் மிகவும் நம்புகின்றனர். இதனடிப்படையில் ஒதுங்கி அமைதியாக இருக்கும் சிறுவர்களைச் சில ஆசிரியர்கள் ‘நல்ல மாணவர்கள்’ எனக் கருதுவது உண்டு. இது தவறான கருத்தாகும்.

தயக்கமிக்க தன்மைக்குத் தன்னம்பிக்கையும் காப்பு உணர்ச்சியும் இன்மையே காரணம். தனது திறமையில் நம்பிக்கை

யில்லாததாலேயே இவ்வகையான சிறுவர்கள் தங்களிடம் உண்மையாகவே பொதிந்துகிடக்கும் திறமையினை வெளிப்படுத்த முயலுவதில்லை. மேலும், பிற சிறுவர்களுடன் நெருங்கிப் பழகாத காரணத்தால் இவர்களது திறமையை அவர்கள் அறிந்து உரிய மதிப்பளிக்க வாய்ப்பே எழுவதில்லை.

இந்நிலை குமரப் பருவத்திலும் முதிர்ச்சிப் பருவத்திலும் ஏற்படவிருக்கும் மிகச் செறிவு மிக்க தவறான பொருத்தப்பாடு களின் முன்னோடியாக அமைகிறது. எனவே, இந்நிலை மிகச் சிக்கலான உளக்கோளாற்று நிலையின் அறிகுறியாக இருக்கிறது. ஆகையால், உணர்ச்சிவயப்படும் சிறுவர்கள், கவனத்திற்காக ஏங்கும் சிறுவர்கள் இன்ன பிற சிறுவர்களைக் காட்டிலும் இவர் களுக்கே பெருமளவு கவனம் உடனடியாகத் தேவைப்படுகிறது. இந்நிலையில் ஆசிரியரும் பெற்றோரும் மிக்க முன் எச்சரிக்கையுடன் நடந்துகொள்ள வேண்டியிருக்கிறது. கூச்சப்படும் சிறுவனிடம் அறிவுரை கூறுதலோ மிரட்டுதலோ எவ்விதப் பயனையும் விளைப் பதில்லை. இன்னமும் நிலைமை மோசமடையவே இவை வழி செய்கின்றன. எனவே, ஆசிரியர் இந்நிலைக்கு அடிப்படையாக உள்ள உளவியற் காரணங்களைக் கண்டறிந்து களையவே முற்பட வேண்டும். மேலும், இப் பிரச்சினை கொஞ்சம் கொஞ்சமாகவே குறைந்து மறையும். இதற்காக நீண்ட கால அளவு தேவைப் படுவது இயற்கையே. இதனை உணர்ந்து நம்பிக்கையை இழக்காது நீண்ட காலம் நீடித்து முயற்சி செய்ய வேண்டிய கட்டாயம் ஆசிரியருக்கு ஏற்படுகிறது. ஆசிரியரும் பெற்றோரும் முதலில் தாங்கள் உண்மையிலேயே இத்தகைய சிறுவர்களை விரும்பி அன்பு செலுத்துகிறோம் என்பதனை அவர்கள் உணரும்படி செய்ய வேண்டும். இத்தகைய 'ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகிறோம்', 'அன்பு செலுத்தப்படுகிறோம்', 'விரும்பப்படுகிறோம்' என்ற எண்ணங் களையும், உணர்வுகளையும், நம்பிக்கைகளையும் பொறுத்தே கூச்ச இயல்பு கொஞ்சம் கொஞ்சமாகக் குறைந்து மறையும்.

நோய்ச் சிறுவர்கள் (Sickly children)

ஒருசில சிறுவர்கள் நல்ல உடல்நலம் பெற்றுள்ள உணர் விழந்தவர்களாக இருக்கின்றனர். இவர்கள் காலையில் துயிலெழும் போதே சுறுசுறுப்பற்றவர்களாக நோய் உணர்வோடு எழு கின்றனர். சில வேளைகளில் இவர்களுக்கு வாந்தியும் வயிற்றுக் குமட்டலும் அடிக்கடி ஏற்படுவதுண்டு. இத்தகைய சிறுவர்கள் நடிக்கிறார்களோ என்று ஆசிரியரும் பெற்றோரும் ஐயுறுவது உண்டு. இவர்கள் ஒவ்வொரு நாளின் தொடக்கத்திலும் என்ன நேரிடுமோ என்று பெரிதும் அஞ்சியவர்களாக இருக்கின்றனர்.

ஒவ்வொரு நாளும் பள்ளி செல்லும்போது இத்தகைய அச்சமும், காப்புணர்ச்சி அற்ற நிலையும் இவர்களிடம் அதிகரிப்பது சாதாரண நிகழ்ச்சியே. சில சிறுவர்கள் பள்ளி நாள்களில்மட்டும் நோய் உணர்வு அடைகின்றனர்; சிலருக்கு எல்லா நாள்களிலுமே இத்தகைய உணர்வு ஏற்படுவதுண்டு.

நோய் உணர்வு மகிழ்வற்ற, துன்பமான மெய்ப்பாட்டு நிலை உடலடிப்படையில் வெளிப்படுவதாக இருக்கிறது. திட்டுதல், மிரட்டுதல், அவமானப்படுத்தல், குறை கூறுதல், கேலி செய்தல், ஏமாற்றுதல் போன்ற தவறான வழிகளின்மூலம் சிறுவர்களுக்கு ஒழுக்கத்தைக் கற்பிக்க முயலுவதன் காரணமாக இத் துன்பமான முனைப்புமிக்க மெய்ப்பாட்டு நிலை ஏற்படுகிறது. வகுப்பில் அல்லது வீட்டில் உள்ள ஏனைய சிறுவர்களுடன் தவறான வகைகளில் ஒப்பிடுதல், துன்புறுத்தல், கடுந் தண்டனையளித்தல் ஆகியவை இத்தகைய மெய்ப்பாட்டு நிலையைச் சிறுவரிடம் ஏற்படுத்தக்கூடும். இத்தகைய நிலைகளில் சிறுவன் வாழ்வே தாங்க முடியாத துன்பமிக்கதாக இருக்கிறது. இத்தகைய சிறுவனது உண்மையான சிக்கலைப் புரிந்துகொள்ள இயலாத ஆசிரியர்களும் பெற்றோரும் சிறுவன் வேண்டுமென்றே இவ்வாறு நடிக்கிறான் என்று குறை கூறுகின்றனர். குறிப்பாக மருத்துவர் இத்தகைய சிறுவனை நன்கு பரிசோதித்தபின் எவ்வித உடல் நோய் அறிகுறியையும் காண இயலாது போகும்போது பெற்றோரின் கோபம் அதிகரிக்கிறது.

நோய் உணர்வு கொண்ட சிறுவன் தன்னை ஆசிரியரும் பெற்றோரும் விரும்புகின்றனர் ; ஏற்றுக் கொள்கின்றனர் ; போற்றுகின்றனர் ; தன்னிடம் உள்ள திறமைகளைத் தெரிந்து கொண்டுள்ளனர் என்று புரிந்து கொள்ளுமாறு செய்ய வேண்டியது ஆசிரியரது பணியாகும். இதற்கு ஏற்றவாறு பள்ளிச் சூழ்நிலையையும் வீட்டுச் சூழ்நிலையையும் திருத்தியமைக்க வேண்டியும் நேரிடலாம். பள்ளிக்குச் செல்லும்போது நோய் உணர்வடையும் சிறுவனுடன் அவனைச் சேர்ந்த பெரியவர் யாராவது உடன் செல்வதும் ஓரளவு அனுமதிக்கத்தக்கதே. இதனால் சிறுவனுக்குக் காப்புணர்ச்சி ஏற்படுமாயின் இவ்வாறு தொடக்க காலங்களில் யாராவது அவனைப் பள்ளிக்கு அழைத்துச் செல்லலாம். ஆனால், கொஞ்சம் கொஞ்சமாக இப் பழக்கத்தை நிறுத்திவிட வேண்டியது அவசியம். இத்தகைய மெய்ப்பாட்டு நிலை அதிகரிக்கும் வேளைகளில் உளவியலர், உள மருத்துவர் உதவியினை நாடுவது பெருமளவு பயன் விளைவிக்கும்.

நேர்மையின்மை

பொய் சொல்லுதல், ஏமாற்றுதல் (cheating) போன்றவை பலவிதங்களில் பள்ளிச் சிறுவர்களிடையே காணப்படுகின்றன. சென்னைப் பல்கலைக் கழகத்தில் சிரியாக் நடத்திய ஆய்வில் 60 சதவிகித மாணவர்கள் ஏமாற்றுகின்ற தன்மை கொண்டவர்களாக இருப்பதாக முடிவுகள் எடுத்துக் காட்டுகின்றன. ஆனால், சிறுவனிடம் பொய் சொல்லுதல், ஏமாற்றுப்போக்குப் போன்றவை மிக அதிகமாகக் காணப்படுவது அவனது தவறான பொருத்தப் பாட்டினையே எடுத்துக் காட்டுகிறது. எனவே, இத்தகைய வேளைகளில் இதற்கு அடிப்படையான உளவியற் காரணங்களை ஆராய்ந்து கண்டறிந்து களைய முயற்சி செய்தல் மிகமிக அவசியம்.

இத்தகைய தவறான பொருத்தப்பாடுகளைக் களைய முதலில், ஆசிரியரும் பெற்றோரும் முன் எடுத்துக்காட்டாக இருக்க வேண்டியது அவசியம். உரிய வகையில் கவனத்தைப் பெற இயலாது காப்புணர்ச்சி குன்றியிருப்பதனாலேயே சிறுவன் பொய், ஏமாற்று ஆகியவற்றில் ஈடுபடுகிறான். எனவே, சிறுவனிடம் இவ்விரு நிலைகளையும் உடனே போக்க முற்படவேண்டும். மேலும், தன் திறமையில் நம்பிக்கையில்லாத சிறுவர்களே இத்தகைய தவறான மெய்ப்பாட்டிற்கு ஆளாகின்றனர். எனவே, இத்தகைய சிறுவர்கள் தங்கள் திறமைகளை உணர்ந்துகொள்ளுமாறு செய்ய ஆசிரியர்கள் முயற்சிகளை மேற்கொள்ள வேண்டும். இத்தகைய சிறுவர்களை அவர்களது திறமைக்கு ஏற்ற மாணவர்களுடன் போட்டியிடச் செய்யலாம். மேலும், சிறுவன் கூறிய பொய்களையும், ஏமாற்றுகளையும் அப்படியே விமரிசித்துப் பெரிது படுத்துவதனை முடிந்தவரை தவிர்க்கவேண்டும். இத்தகைய சிறுவனை எப்போதும் சந்தேகத்தோடு நோக்குவதனைத் தவிர்க்க வேண்டும். அன்பாக, புரிந்துகொள்ளும் அனுதாப நோக்கோடு இத்தகைய சிறுவர்களுடன் பழகுவதே இத்தகைய மெய்ப்பாட்டு நிலை குறைய வழி செய்யும்.

19. வேறு சில தனிப்பட்ட கல்வித்துறை உளநலப் பிரச்சினைகள்

பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகள் பலவகைப்பட்டனவாகக் கல்விக் கூடங்களில் இருக்கின்றன. பொதுப்படையான பல பிரச்சினைகளை இதுவரை கூறினோம். இனி ஒருசில தனிப்பட்ட பிரச்சினைகளையும் அவற்றைக் கையாளும் வழிமுறைகளையும் காண்போம்.

உடற் குறைபாடுடைய சிறுவர்கள் (Handicapped children)

ஒருசில மாணவர்கள் பல உடற்குறைபாடுகள் கொண்டவர்களாக இருக்கின்றனர். கண் பார்வையற்றவர்கள், செவிப்புலன் அற்றவர்கள், வாய் பேச இயலாதவர்கள், கையினை இழந்தோர், கால் இழந்தோர் என இன்ன பல குறைபாடுடையோரை நம் மாணவர்களிடையே காண்கிறோம். கைகால்களை இழந்த சிறுவர் சிறுமியர் இதற்கான கருவிகளைப் பயன்படுத்திக்கொண்டு சாதாரணப் பள்ளிகளிலேயே கல்வி பெற முயலலாம். இத்தகைய வேளைகளில் இவர்களுக்குப் பல பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகள் ஏற்படுவது இயற்கையே. குறிப்பாக இவர்கள் தாழ்வுச் சிக்கலுக்கு உள்ளாவதுண்டு. மேலும், இவர்கள் பிறரிடமிருந்து விலகி ஒதுங்கித் தனித்திருக்க முயல்வதும் உண்டு. வாழ்வின் நம்பிக்கையை இழக்க நேருகின்ற அளவிற்கு இவர்கள் மெய்ப்பாடும் பாதிக்கப்படும். இத்தகைய வேளைகளில் மாணவர்கள் இத்தகைய சிறுவர்களை இயல்பாக ஏற்றுப் பழகுவதே இவர்களது உள மகிழ்ச்சிக்கும் நலத்திற்கும் பெரிதும் உதவும். ஆசிரியர்கள் இவர்களையும் இயல்பான ஏனைய மாணவர்களைப் போன்றே நடத்தவேண்டும். இதுவன்றி இத்தகைய குறைபாடுகளுக்காக அவசியமற்ற சலுகைகளை அளிப்பதும் பெரும் பிழையே என்பதனை ஆசிரியர்கள் உணரவேண்டும். எனவே, உரிய அளவிற்கு அன்பும் ஆதரவும் காட்ட வேண்டிய அதே வேளையில் இத்தகைய சிறுவர்

களையும் கண்டிப்புடன் நடத்த வேண்டியது ஆசிரியர் கடமை யாகும். அவசியமற்ற சலுகைகளைப் பெறும் சிறுவர்கள் உலகமே தங்கள் குறைவினிற்காகத் தங்களுக்கு மிகவும் அனுதாபத்தோடு அனைத்தையும் அளிக்கும் என்று தவருன நம்பிக்கையை வளர்த்துக் கொள்வர். இதனுல் தன்னலம் மிக்கவராக இவர்கள் ஆகிவிடுவ துண்டு.

கண், காது, மொழி பழுதுபட்டோர் பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகள் சாதாரண உடற் குறைபாடு கொண்டோரின் பிரச்சினைகளைக் காட்டிலும் செறிவு மிக்கவையாக இருக்கின்றன. இத்தகைய குறைபாடு கொண்டோர் சாதாரணப் பள்ளிகளில் படித்தல் இயலாத காரியமாகும். இவர்களுக்கென்று தனிப்பட்ட பள்ளிகள் தேவைப்படுகின்றன. ஏனெனில், இவர்களுக்குக் கற்பிப்பதற்கென்றே பிரத்தியேகமான கருவிகள் இருக்கின்றன. சான்ருக, கண் பார்வையற்ருேர் பலகையில் இடப்பட்ட ஆணிகளை விரல்களால் தடவியே எண்ணையும் எழுத்தையும் கற்கின்றனர். அதேபோல் செவிப்புலனற்ருேர் ஒலிகளையும் வாயசைவுகளையும் கொண்டே கற்கின்றனர். வாய்மொழியற்ருேர் கட்புலன் வழியாகவே கற்க வேண்டியிருக்கிறது. இவ்வாறு தனிப்பட்ட வகைகளில் கற்பிப்பதற்குத் தனிப் பயிற்சி பெற்ற ஆசிரியர்களா லேயே இயலும். இத்தகைய ஆசிரியர்களும் உதவிக் கருவிகளும் இல்லாமல் இவர்களுக்குக் கல்வி கற்பிப்பதென்பது இயலாது. எனவே, இத்தகைய குறைபாடுடைய சிறுவர்களைத் தனிப்பட்ட கல்விக்கூடங்களில் சேர்த்தே அவர்களுடைய இயல்பான அறிவு வளர்ச்சியை நாம் பாதுகாத்து வளர்க்க முடியும்.

உளக் குறைபாடுடைய சிறுவர்கள்

சிறுவர்கள் அனைவருக்குமே ஒரேயளவு அறிவுத்திறன் இருப்பதில்லை. ஒருசில சிறுவர்கள் சாதாரண நுண்ணறிவு அளவு குறைந்தவர்களாக உள்ளனர். இவர்களது நுண்ணறிவு அளவு 90-க்கும் குறைந்ததாக இருக்கிறது. இத்தகையோரை அறிவீனர் கள் (feebleminded) என்று கூறுவார்கள். இவ் அறிவீனச் சிறுவர் கள் சாதாரணப் பள்ளிக்குச் செல்வதால் எவ்விதப் பயனும் ஏற்படுவதில்லை. உண்மையில் இதனுல் பல பிரச்சினைகளே ஏற்படுகின்றன. எனவே, இவ் அறிவீனச் சிறுவர்களைக் கண்டறிந்து அவர்களது நுண்ணறிவிற்கு ஏற்ற கல்வியினை உரிய வகைகளில் கற்பிக்கவேண்டும்.

திறம்மிகு சிறுவர்கள் (Gifted children)

அறிவுத் திறம் குன்றிய சிறுவர்கள் இருப்பதனைப் போன்றே திறம் மிகுந்த சிறுவர்களும் நம்மிடையே உள்ளனர். இத்தகைய

சிறுவர்கள் அதிக அறிவாற்றல் திறம் படைத்தவர்களாக இருக்கின்றனர். இவர்களுக்கு மிகச் சிறு வயதிலேயே பேச்சுத் திறம் ஏற்படுகிறது. எதனையும் கூர்ந்து கவனிக்கும் இச் சிறுவர்கள் கவனித்தவற்றை நினைவில் நீடித்து இருத்தும் திறன் பெற்றவர்களாக இருக்கின்றனர். நூல்களை விரும்பிப் படிக்கும் இவர்கள் கலைக் களஞ்சியத்தையும், அகராதியையும் நாடிச் செல்வதில் வியப்பில்லை. இவர்கள் விரைவிலேயே நாள்குறிப்புகளிலும் கடிகாரங்களிலும் அதிக அக்கறை காட்டத் தொடங்குகின்றனர். இவர்களால் ஏனைய சிறுவர்களைக் காட்டிலும் அதிக காலம் கவனத்தை ஒருமுனைப் படுத்த இயலும். வரைதல், பாடுதல், இன்னபிற கலைகளில் இவர்கள் திறன்மிக்கவர்களாக இருக்கின்றனர். இவர்கள் மிகச் சிறிய வயதிலேயே காரண காரிய உடன்தொடர்புகளை எளிதில் அறிந்து கொள்கின்றனர்.

இத்தகைய திறம்மிகு சிறுவர்களை எவ்வாறு ஊக்குவித்துக் கல்வி கற்பிப்பது என்று இன்று கல்வியாளர்கள் பெருமளவு ஆராய்ந்து வருகின்றனர். டில்லியில் உள்ள கல்விசார் ஆராய்ச்சி மற்றும் பயிற்சிக்கான தேசியக் கழகம் (NCERT) 'திறமை தேடும் திட்டம்' (Talent Search Scheme) என்ற ஓர் இயக்கத்தினை 1963-ல் தொடங்கியிருக்கிறது. உயர்நிலைப் பள்ளி மாணவர்களிடையே அறிவியல் திறமை மிக்க மாணவர்களைக் கண்டறிந்து வளர்ப்பதே இவ் இயக்கத்தின் நோக்கமாகும். 1964-ல் இத் திட்டத்தின்கீழ் இந்தியா முழுவதும் உள்ள மாணவர்கள் பலரும் ஆராயப்பட்டு 534 பேர் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டனர். 1965-ல் இதேபோல் 325 மாணவர்கள் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டனர். இத் திட்டம் ஒவ்வோர் ஆண்டும் இதேபோன்ற முயற்சிகளைச் செய்து வருகின்றது.

இந்திய அரசினர், கீழ்நிலைச் சமூகப் பொருளாதார நிலையினைச் சேர்ந்த திறமிகு சிறுவர்களைக் கண்டறிந்து அவர்களுக்கு மிக உயர்ந்த கல்வித் தரமுள்ள பள்ளிகளில் கல்வி கற்பிக்க முயற்சிகளைச் செய்து வருகின்றனர். இத்தகைய முயற்சிகள் இன்னமும் பெருகவேண்டும். திறமிகு சிறுவர்களை ஏனைய சாதாரண மாணவர்களிடமிருந்து பிரித்து உயர்ந்த தரமுள்ள கல்வியை இவர்களது விருப்பத்திற்கேற்ப ஊக்கம் குன்றாது கற்பித்தல் இன்றியமையாதது.

இயல்நிலைப் பரவல் (normal distribution curve) என்னும் புள்ளியியல் விதியின்படி ஒவ்வொரு மக்கள் தொகுதியிலும் 2 சதவிகிதத்தினர் மிக உயர்ந்த திறம் பெற்றிருக்க வேண்டும் என்று அறிகிறோம். ஆனால், அமெரிக்கா, இங்கிலாந்து, ஜெர்மனி, ஜப்பான் போன்ற நாடுகளிலே ஏனைய நாட்டினரைவிட அதிக அளவு திறம் உயர்ந்தோர் காணப்படுகின்றனர். நம் நாட்டின்

மக்கள் தொகைக்கு ஏற்ப திறம்மிகுந்தோர் நமது சமூகத்தில் வெளித் தோன்றுவதில்லை. இதற்கு நம் கல்வி முறைகளே பெரு மளவு காரணம் என்பதனை நாம் ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டியிருக் கிறது. ஆனால், திறம் மிகுந்தோரை இளம் பருவத்திலேயே கண் டறிந்து உரியவகையில் நெறிப்படுத்திக் கல்வி கற்பிப்பதால் நம் நாட்டிலேயும் இத்தகைய பேரறிஞர்களைத் தோற்றுவிக்க முடியும் என்பது நிச்சயம். ஒவ்வொருவரும் தத்தம் திறன்களின் உச்சத்தை அடைய வழி செய்யும் அளவிற்கு இம் முயற்சிகள் உளநலத்திற்கு வழி செய்வதாக இருக்கின்றன.

கல்வி வாய்ப்புகளின் விரயம்

சரியான முறைப்படி நம் கல்வித் திட்டங்கள் அமையாததன் காரணமாக இன்று கல்வித்துறையில் பெருமளவிற்கு விரயங்கள் ஏற்படுகின்றன. 1958–59ஆம் கல்வியாண்டில் நாற்பது சதவிகித மாணவர்கள் முதல் வகுப்போடு வெளியேறிவிட்டனர்; 11 சத விகிதத்தினர் இரண்டாம் வகுப்போடும், 7 சதவிகிதத்தினர் மூன் றும் வகுப்போடும், 5 சதவிகிதத்தினர் நான்காம் வகுப்போடும் நின்றுவிட்டனர் என்று இந்திய அரசின் அறிக்கை (1967) அறிவிக் கிறது. இவ்வாறு 63 சதவிகிதத்தினர் தொடக்க வகுப்புகளிலேயே கல்வியை நிறுத்திவிடுகின்றனர். தொடக்க வகுப்புகளில்மட்டும் இவ்வாறு விரயம் ஏற்படுவதில்லை. உயர்மட்டத்திலும் இந்நிலையே காணப்படுகிறது. பம்பாயில் நடைபெற்ற ஓர் ஆய்வின் முடிவு களை இங்குச் சான்றாகக் கூறலாம். பம்பாயில் உள்ள ஓர் மருத் துவக் கல்லூரியில் 1957-ல் 120 மாணவர்கள் முதலாண்டு மருத் துவ, அறுவை பட்டப் படிப்பில் சேர்ந்தனர். இவர்கள் அனைவரும் பல்கலைக் கழக இடைநிலைத் தேர்வில் முதல் வகுப்புப் பெற்றுத் தேறியவர்கள். முதலாண்டிலேயே இருவர் வெளியேறிவிட்டனர்; 55 பேர் தேற 63 பேர் தேர்வில் தோல்வியடைந்தனர். இந்த 63 பேரும் தொடர்ந்து வெற்றி பெற முயன்றவண்ணம் இருந்தனர். 1962 வரை இவ்வாறு ஐந்து முறை மேற்கொண்ட முயற்சிகளின் பயனால் 45 பேர் தேர்வடைந்தனர். எஞ்சிய 44 பேரும் தேர்வு பெறாமலே பின் தங்கி விட்டனர்.

இத்தகைய கல்வித் துறை விரயங்களுக்கும் தோல்விகளுக்கும் உளநல விதிகளின் புறக்கணிப்பே காரணம். உரிய முறையில் தொடக்க நிலை மாணவரிடையே கல்வியில் அக்கறையை ஏற்படுத் துவதால் இத்தகைய விரயங்கள் குறைவது திண்ணம். மேல்நிலைப் படிப்புகளின்போது சிறந்த உளவியற் சோதனைகளைப் பின்பற்றி, தகுந்த நுண்ணறிவும் (intelligence) குறிப்பிட்ட படிப்பில்

நாட்டமும் (aptitude) உள்ள மாணவர்களை மட்டும் தேர்ந்தெடுப்பதால் இத்தகைய விரயங்கள் முற்றிலும் மறையாவிடினும் குறையும் என்பதில் ஐயமில்லை.

குறைவாக மதிப்பெண் பெறுவோர்

ஒருசில சிறுவர்கள் தங்கள் திறனிற்கும் குறைவாக வகுப்புப் பாடங்களில் தேர்ச்சியடைகின்றனர். இத்தகைய சிறுவர்களுக்கு இயல்பாகவே ஓரளவு நல்ல நுண்ணறிவு இருப்பது உண்டு. இவ் உண்மையை வசந்தகுமாரி தன் ஆய்வில் எடுத்துக் காட்டியுள்ளார். இவர் பல பள்ளிகளைச் சேர்ந்த மாணவ மாணவியரை அவர்களது மதிப்பெண்களின் அடிப்படையில் 'குறைவாக மதிப்பெண் பெறுவோர்', 'அதிகமாக மதிப்பெண் பெறுவோர்' என்று இரு பிரிவாகப் பிரித்து நுண்ணறிவுச் சோதனையைப் பயன்படுத்தி ஒப்பிட்டார். இவ்வாய்வின் முடிவுகளிலிருந்து இரு சாராருக்கும் நுண்ணறிவினைப் பொறுத்தவரை எவ்வித வேறுபாடும் இல்லை என்று தெரியவருகிறது. இம் முடிவினையே வேறு பல ஆய்வுகளும் வலியுறுத்துகின்றன.

திருப்பதி வேங்கடேஸ்வரா பல்கலைக் கழகத்தைச் சேர்ந்த நாராயண ராவ் இத் துறையில் ஆராய்ச்சி நடத்தியுள்ளார். இவரது ஆய்வு முடிவுகள் குறைவாக மதிப்பெண் பெறுவோர் பெருமளவு பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகள் கொண்டிருப்பதனை எடுத்துக்காட்டுகின்றன. தகுந்த உளவியல் முறைகளைப் பயன்படுத்தி இத்தகைய ஏற்றத் தாழ்வுகளை நீக்கி ஒவ்வொரு மாணவனும் தன் திறமைக்கு ஏற்ப மதிப்பெண் பெறச் செய்ய முடியும்.

கல்வித் தேர்ச்சியை முன் கணித்தல்

நாராயண ராவ், மாணவர்கள் தேர்வில் பெறக்கூடிய மதிப்பெண்களை முன்கூட்டியே கண்டறிய முடியுமா என்றும் ஆராய்ந்திருக்கிறார். 220 மாணவர்களைக் கொண்டு நடத்தப்பெற்ற இவ்வாய்வின் முடிவுகள் பல்கலைக் கழக புகுமுக வகுப்பு (P.U.C.) மதிப்பெண்களைக் கொண்டு மாணவர்கள் எதிர்காலத்தில் பெறவிருக்கும் மதிப்பெண்களை முன் கணிக்க முடியும் என்று எடுத்துக் காட்டுகின்றன. மேலும், பல்கலைக் கழக புகுமுக வகுப்பு மதிப்பெண்கள், முதற்பருவ பட்டப் படிப்பு மதிப்பெண்கள், நுண்ணறிவுச் சோதனைகளில் பெறும் எண்கள் ஆகியவற்றின் அடிப்படையில் மாணவர்கள் தங்கள் பட்டப் படிப்புகளில் எத்துணையளவு வெற்றி பெறமுடியும் என்பதனை இவ்வாய்வின் முடிவுகள் தெளிவாக எடுத்துக் காட்டுகின்றன. இவ்வகையில் ஒரு மாணவனது

தேர்ச்சியை முன்கூட்டியே கணித்து அவ்வாறு தேர்ச்சிபெறத் தவறுகையில் அவனுக்குத் தகுந்த கல்வி ஆலோசனை அளிப்பதன் மூலம் அவனது தேர்ச்சிலையை அதிகரிக்க முடியும்.

மாணவர்தம் ஒழுங்கீனம்

அண்மை ஆண்டுகளில் மாணவர்களிடையே ஒழுங்கீனம் (indiscipline) அதிகரிப்பதாகவும் கல்வித்தரம் குறைவதாகவும் பெருமளவு பேசப்படுகிறது. மாணவர்தம் ஒழுங்கீனத்தை உள நலக் கண்ணோட்டத்தில் விளக்கமுடியும். காப்புணர்ச்சியற்று, எதிர் காலத்தில் நம்பிக்கையை இழந்துவரும் மாணவர்கள் தங்கள் கிலி யுணர்வை சமூகம் ஏற்காத வழிகளில் வெளியிடுவதனையே மாணவர் ஒழுங்கீனம் பிரதிபலிக்கிறது. மாணவர்களை முன்னின்று நடத்திச் செல்லக்கூடிய சிறந்த முன் எடுத்துக்காட்டு இன்று அரிதே காணப் படுகிறது. இத்தகைய உரிய தலைமையின்மையும் இக் கிலியுணர் விற்கு அடிப்படையாக அமைகிறது. மாணவர்களிடம் நம்பிக் கையை ஊட்டிப் பொறுப்புகளை அளிப்பதே இத்தகைய சூழ்நிலை மாற வழி. சமூகத் தலைவர்கள் பொறுப்புடன் மாணவர்களுக்கு முன் எடுத்துக்காட்டுகளாக விளங்குவதன்மூலமும் இச் சூழ்நிலை பெரிதும் மாறலாம்.

பயிற்று மொழி

கல்வியாளர்களை எதிரிடும் முக்கியப் பிரச்சினைகளுள் பயிற்று மொழிப் பிரச்சினையும் ஒன்று. இப் பிரச்சினைபற்றி சென்னைப் பல்கலைக் கழக உளவியற்றுறையில் பல ஆராய்ச்சிகள் நடைபெற் றுள்ளன. இந் நூலாசிரியர், சதானந்த ராவ், பிரமிளா விஜேந்திரா ஆகிய மூவரது ஆய்வுகளும் இப் பிரச்சினையைக் குறித்து ஆராய்ந் துள்ளன. இவ்வாய்வின் முடிவுகள் அனைத்துமே இரு மொழி சிறு வரிடையே (அதாவது தாய்மொழி ஒன்றும் பள்ளி மொழி வேறொன்றுமாக உள்ள சிறுவர், சிறுமியரிடையே) பலவிதமான மெய்ப்பாட்டுப் பிரச்சினைகள் அதிகமாக உள்ளன என்று எடுத்துக் காட்டுகின்றன. தாய்மொழியைப் பயிற்று மொழியாகக் கொண்ட மாணவரிடையே உளநலம், அதாவது பொருத்தப்பாடுகள் குறைந்த நிலை காணப்படுகிறது. இவ்வாய்வுகள் மட்டுமன்றி வேறு பல எண்ணற்ற ஆய்வுகளும் இம் முடிவினையே வலியுறுத்து கின்றன. எனவே, சிறுவர் சிறுமியர்க்குப் பயிற்றுமொழியாகத் தாய் மொழி அமைவதே சிறப்பு.

சிறுவரும் சிறுமியரும் ஒன்றாகப் படித்தல்

சிறுவரும் சிறுமியரும் ஒரே பள்ளியில் படிப்பதை அனுமதிப் பதா கூடாதா என்பது பல பெற்றோருக்கும் பள்ளியினருக்கும் ஓர்

சிக்கல் மிக்க பிரச்சினையாக இருப்பதுண்டு. இதனால் சிறுவர் சிறுமியரிடையே விரும்பத்தகாத உறவுகள் ஏற்பட்டுவிடும் என்று இவர்கள் அஞ்சுகின்றனர். ஆனால், உண்மை இதுவன்று. சிறுவர் சிறுமியர் ஒன்றாகப் படிக்கும் பள்ளிகளில் படிப்பில் நல்ல போட்டி மனப்பான்மை இருப்பதனையும் இதனால் கல்வியின் தரம் உயர்வதனையும் பல ஆசிரியர்கள் தங்கள் அனுபவத்தில் கண்டுள்ளனர். இவ் உண்மையைக் கோவை உயர்நிலைப் பள்ளி ஒன்றில் தாம் நேரடியாகக் கண்டதாகத் திருவாளர் மு. அறம் தன் நூலில் கூறியுள்ளார். இக் குறிப்பிட்ட பள்ளியில் மாணவ மாணவியர் இருவரும் முதலில் அனுமதிக்கப்பட்டனர் ; அப்போது இருவரிடையேயும் படிப்பதில் நல்ல போட்டி மனப்பான்மை இருந்தது. ஆனால், இவ்விருவரையும் பிரித்துவிட்டபோது இவர்களது கல்வித்தரம், குறிப்பாக மாணவர்களது கல்வித்தரம் குறைந்ததனை ஆசிரியர்கள் கண்டனர்.

சிறு வகுப்புகளில் இருவரையும் அனுமதிப்பதை ஏற்போர்கூட கல்லூரிகளில் இருவரும் சேர்ந்து படிப்பதனை ஏற்றுக்கொள்ளத் தயங்குவதுண்டு. இதுவும் அவ்வளவு உண்மையன்று. உண்மையில் தனித்தனியான கல்லூரிகளில் படிக்கும் மாணவ மாணவியரிடையேயே தவறான பொருத்தப்பாடுகள் மிகுதியாக ஏற்படுகின்றன. இருபாலரும் கலந்து பழகும் வேளைகளில் ஒருவரை புரிந்து கொள்வதற்கு வழி ஏற்படுகிறது. இதனால் 'மாற்றுப் பாலருடன் பொருத்தமான முதிர்ச்சியான உறவு'களைக் கொள்ள வாய்ப்பு அதிகரிக்கிறது. இதுவே உளநலத்திற்குப் பெரிதும் உதவக் கூடியது.

ஆளுமைப் பிரச்சினைகள்

இரு மாணவர்களிடையே நுண்ணறிவு, அக்கறை, நாட்டம் ஆகியவற்றில் எவ்வித வேறுபாடு இல்லாதிருந்தாலும் அவர்கள் இருவரும் கற்பதில் பெருமளவு வேறுபடுகின்றனர். இப் பேருண்மையை எச். ஜே. ஐசன்கின் முன்னோடி ஆய்வுகள் மிகவும் வலியுறுத்துகின்றன. ஒவ்வொரு கல்விக் கூடத்திலும் ஆசிரியரிடையேயும் மாணவர்களிடையேயும் அகமுக, புறமுக வேறுபாடுகள் பெரிதும் பரவியிருப்பது இயற்கையே. இத்தகைய ஆளுமை வேறுபாடுகளுக்கேற்ப அவர்களது நடத்தையும் மாறுபடும். சான்றாக, புறமுகச் சிறுவன் மனமுறிவடையும்போது முரட்டுத்தனத்தையும், பகை உணர்ச்சியையும் சுற்றியுள்ள சிறுவர்கள்மேல் திருப்புகிறான்; சுற்றியுள்ள பொருள்களிடம் நேரடியாக ஆத்திரத்தைக் காட்டுகிறான். ஆனால், இத்தகைய வேளையில் அகமுகச் சிறுவன் தன்மேலேயே தன் ஆத்திரத்தையும் பகையுணர்வையும் செலுத்த முற்படுகிறான். இதனால் இவன் முனைப்பு

மிக்கவனுயும் கிலியுணர்வு கொண்டவனுயும் ஆகிறுன். தொடர்ந்து பெருமளவு மனமுறிவடைந்தால் இவனுக்கு உடல் நோய்கள் வருவது திண்ணம். எனவே, இத்தகைய ஆளுமை வேறுபாடுகளுக்கேற்ப கல்வி நடைமுறைகள் அமைக்கப்பெற வேண்டுவது அவசியம். இவ்வாறு கற்பிப்பதிலும், கல்விவழிப் படுத்துவதிலும், பிரச்சினை சிறுவர்களைச் சமாளிப்பதிலும் ஆளுமை வேறுபாடுகளை மனத்தில் இருத்தி அதற்கேற்பப் பிரச்சினைகளை அணுகுவதே உளநலத்தைக் கல்வித் துறையில் வளர்க்கச் சிறந்த வழி.

20. ஆசிரியர் ஆளுமையும் ஆசிரியர்-மாணவர் உறவும்

வகுப்புச் சூழ்நிலையை உளநலமிக்க மெய்ப்பாட்டுச் சூழ்நிலையாக உருவாக்குவதற்கு இன்றியமையாத அடிப்படையாக அமைவது ஆசிரியரது ஆளுமையாகும். மன எழுச்சிச் சமநிலை பெற்ற ஆசிரியர் உளநலவியலராகவும் தோன்றுவது இயல்பு. இதனால் வகுப்பு மாணவர்களது மகிழ்விற்கும் வெற்றிக்கும் இவரால் பெருமளவு உதவி செய்ய முடிகிறது. நல்ல பொருத்தப் பாடு கொண்ட மனநிறைவும், மகிழ்ச்சியும் கொண்ட ஆசிரியர் அமைதியானவராக, நெகிழ்ந்துகொடுப்பவராக, வகுப்புச் சிறுவர்களது அடிப்படை உளவியல் தேவைகளை உணர்ந்து அவற்றை நிறைவு செய்ய முயலுபவராக விளங்குகிறார். எனவே, வகுப்பின் ஒழுங்கு நிலை (morale) சிறந்து விளங்க இவரால் எளிதில் வழி செய்ய முடிகிறது. எனவே, அண்மைய ஆண்டுகளில் கல்வியாளர்கள் கல்வியறிவிற்கு அளிக்கப்படும் முக்கியத்துவத்தின் அளவிற்கு ஆசிரியரது ஆளுமையிலும் அதிக கவனம் செலுத்தத் தொடங்கியுள்ளனர்.

தவறான பொருத்தப்பாடு கொண்ட ஆசிரியர்கள்

ஆசிரியர்கள் பலரிடையே தவறான பொருத்தப்பாடுகள் காணப்படுவதுண்டு. குறிப்பாக ஆசிரியத் தொழிலை உளமார விரும்பாதவர்கள் வேறு வழியின்றி இத் தொழிலில் ஈடுபட நேரிடும்போது இந்நிலை மிகுகிறது. சிலர் ஆசிரியராக விளங்கப் போதிய திறமைகள் இல்லாமல் இத் தொழிலில் ஈடுபட நேரிடுவதுண்டு. இவர்களும் தங்கள் குறைகளை நிறை செய்துகொள்ள முயலாது அஞ்சிப் பின்னிடுவதுண்டு. இவ் வேளைகளிலும் தவறான பொருத்தப்பாடுகளே அதிகரிக்கின்றன. குறிப்பாக இத்தகைய ஆசிரியர்களைப் பள்ளி நிருவாகத்தினர் இனம் கண்டு கொள்ள நேரிடும்போது எங்குத் தங்களை நீக்கிவிடுவார்களோ

என்ற கிலியுணர்வும் அச்சமும் இவர்களிடம் மிகுவதுண்டு. இந் நிலை இன்னமும் பல பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகளை ஏற்படுத்துகின்றன. பல ஆசிரியர்கள் மிக உயர்ந்த இலட்சியங்களைக் கொண்டு வாழ்வைத் தொடங்குகின்றனர். ஆனால், நடைமுறையில் அவற்றை அடைய இயலாது மனமுறிவடைகின்றனர். இவர்களது மனமுறிவு இவர்கள் ஆக்கிரமிப்பு நடத்தைக்கு அடிப்படையான காரணமாகிறது. இதுவும் தவறான பொருத்தப்பாடுகளுக்கே வழி செய்கிறது. பெரும்பாலான ஆசிரியர்கள் இத்தகைய பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகளைப் பல வழிகளில் முயன்று சமாளித்துவிடுவதுண்டு. ஒருசிலர் தங்கள் குற்றங்குறைகளை உணர்ந்து தனி முயற்சியெடுத்து நிறைவு பெறுவதுண்டு. வேறு சிலர் சமூக, அரசியல் நிகழ்ச்சிகளில் கலந்துகொண்டு தம் தொழில் தோல்வியை மறைக்கவும் மறக்கவும் முயல்வதுண்டு. மிகச் சிலர் இத்தகைய பிரச்சினைகளுக்கே தங்கள் வாழ்வை அர்ப்பணித்து இறுதியில் பெரும் கல்வியாளர்களாகப் பரிணமிப்பதும் உண்டு. ஆனால், ஒருசில ஆசிரியர்களால் தங்கள் தவறான பொருத்தப்பாடுகளினின்று விடுபடவே இயலுவதில்லை. காலம் செல்லச் செல்ல இவர்கள் தங்கள் தொழிலைக் கேவலமாக எண்ணிக்கொள்கின்றனர். அடிக்கடி எரிந்து விழுகின்றனர். இரக்கமற்றவர்களாகவும், மன எழுச்சிமிக்கவர்களாகவும் மாறுகின்றனர். இவர்கள் மாணவர்களிடம் அன்பு செலுத்துவதே இல்லை. தட்டிக் கழிக்க முடியாத அவசியமான வகுப்பு அலுவல்களில் மட்டும் ஈடுபடுகின்றனர். இவர்கள் வகுப்பு முடிந்த பிறகு யாராவது உதவி நாடி வந்தாலும் கவனிப்பதில்லை. இத்தகைய ஆசிரியரிடையே 'சிக்கும்' மாணவர்தம் உளநலம் பெருமளவு பாதிக்கப்படுகிறது. மனத் தளர்ச்சி மிக்க, கெடுபிடி மிக்க, மனப்போக்குபோல் நடந்து கொள்ளும், கண்டிப்புமிக்க, சமூக எதிர்ச் செயல் ஆளுமை கொண்ட ஆசிரியர்கள் ஒருசிலர் இன்றும் நம் கல்விக்கூடங்களிலே நீடித்துவருகின்றனர். இவர்களை நீக்கி மாணவர்தம் உளநலத்தைப் பேணவேண்டுமெனில் உளநல விதிகளைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டிய அவசியம் எழுகிறது.

சொந்த, தவறான பொருத்தப்பாடு

பல ஆசிரியர்கள் முனைப்பு மிக்கவர்களாக, காப்புணர்வும் போதுமையுடைமை உணர்வும் அற்றவர்களாக இருக்கின்றனர்; மகிழ்ச்சியற்ற குழந்தைப் பருவமும் தொல்லைகளுக்குள்ளான குமரப் பருவமும் இத்தகைய மெய்ப்பாட்டுக் கோளாற்று நிலையை இவ் ஆசிரியர்களிடம் தோற்றுவிக்கின்றன. இது இவர்களை மட்டுமன்றி இவர்களிடம் கல்வி பயில நேரிட்ட சிறுவர்களையும்

பெருமளவு பாதிக்கக்கூடும். எனவே, இவ்வாசிரியர்கள் தங்கள் சொந்த நலனையும் தங்கள் மாணவர் நலனையும் முன்னிட்டுத் தங்கள் தவறான மெய்ப்பாடுகளை உணர்ந்து அவற்றினின்று விடுபட முயற்சி செய்யவேண்டிய அவசியம் எழுகிறது.

மனமுறிவிற்குள்ளாகி, காப்புணர்ச்சியற்றிருக்கும் ஆசிரியர்கள் தங்கள் தவறான பொருத்தப்பாட்டு முறைகளில் பின்னிட வேண்டியதில்லை. உண்மையிலேயே தங்கள் உளநலத்தை வளர்த்துக்கொள்ள விழையும் ஆசிரியர்கள் பல வழிகளில் இதனை அடைய முடியும் என்பது திண்ணம். பல எளிய உளவியல் நூல்களைப் பயிலுவதன்மூலம் தங்களைப்பற்றி நன்கு அறிந்து கொள்ள இவர்கள் முயலலாம். மருத்துவ உளவியலர், உள மருத்துவர் போன்றோரைக் கலந்து ஆலோசிப்பதும் இவ்வகையில் இவ்வாசிரியர்களுக்குப் பெரிதும் உதவும்.

சென்னைப் பல்கலைக் கழகத்தில் ரமாதேவி ஆசிரியைகளின் பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகள் பற்றி ஆராய்ந்துள்ளார். இவ்வாய்வில் மணம் (marriage) செய்துகொண்ட ஆசிரியைகளுக்கும் மணமாகாத ஆசிரியைகளுக்கும் இடையே பொருத்தப் பாட்டுப் பிரச்சினைகளில் ஏதாவது வேறுபாடு உள்ளதா என்று ஆராயப்பட்டது. எனவே, ரமாதேவி 75 மணமான ஆசிரியைகளை 65 மணமாகாத ஆசிரியைகளுடன் ஒப்பிட்டார். இவ்வாய்வின் முடிவுகள் இவ்விரு திறத்தாருக்கும் இடையே எவ்வித வேறுபாடும் இல்லை என்பதனை எடுத்துக்காட்டுகின்றன.

மெய்ப்பாட்டுச் சமநிலையற்ற ஆசிரியர்கள் தங்கள் தொழிலில் வெற்றி பெற இயலுவதில்லை. இவ் உண்மையைக் கேரள பல்கலைக் கழகத்தைச் சேர்ந்த E. I. ஜார்ஜும், வி. ஆர். நாயரும் நடத்திய ஆய்வு ஒன்று தெளிவாக எடுத்துக் காட்டுகிறது. இவ் ஆராய்ச்சியாளர்கள் கேரள ஆசிரியர் பயிற்சிக் கல்லூரியில் ஆசிரியர் பயிற்சிபெறும் 87 ஆண்களையும் 37 பெண்களையும் கொண்டு, மெய்ப்பாட்டுச் சமநிலையின்மைக்கும் கற்பித்தல் பயிற்சியில் பெறும் வெற்றிக்கும் இடையே உள்ள தொடர்பினைப்பற்றி ஆராய்ந்துள்ளனர். இவ்வாய்வு முடிவுகள் மெய்ப்பாட்டுச் சமநிலையற்ற பயிற்சி ஆசிரியர்கள் கற்பித்தல் பயிற்சியில் பெரும் தோல்வியுறுவதனை எடுத்துக் காட்டுகின்றன.

சமூகத்தில் தவறான பொருத்தப்பாடு

உடனிருப்போர், உடன் வேலை செய்வோர் ஆகியோருடன் இசைவு மிக்க நிறைவுகொண்ட உறவு கொண்டிருப்பதனையே

நல்ல உளநலம் குறிக்கிறது. பள்ளியின் மெய்ப்பாட்டுச் சூழ்நிலை முழுவதுமே, குறிப்பாக வகுப்புச் சூழ்நிலை ஆசிரியர்களது ஒழுங்கு நிலையினைச் சார்ந்ததாகவே இருக்கின்றது. நட்புடைமை, பொறுமை, கூட்டுறவு ஆகியவையே ஒழுங்கு நிலைக்கு வழி செய்கின்றன. பகைமை, பொறுமையின்மை, கூட்டுறவு இன்மை ஆகியவையே ஒழுங்கு நிலையைக் குலைக்கின்றன. பல பள்ளிகளில் பல ஆசிரியர்கள் சமூகத் தவறான பொருத்தப்பாடுடையவர்களாக இருப்பதனைக் காணலாம். இத்தகைய ஆசிரியர்கள் பூசல்களுக்கும் முனைப்பிற்கும் காரணமாக இருக்கின்றனர். இத்தகைய ஆசிரியர்கள் சொந்தப் பொருத்தப்பாடு அற்றவர்களாக இருப்பதனாலும் இத்தகைய நிலை ஏற்படலாம். ஆனால், இத்தகையோரில் பெரும்பாலோர் சமூகத் திறன்கள் இல்லாதவர்களாகவே இருக்கின்றனர். குறிப்பாக உடனிருப்போருடன் சமூக இயல்பில் பழகுவதற்கான தேவையை இவர்கள் உணராதிருப்பதே இத்தகைய தவறான சமூகப் பொருத்தப்பாடுகளுக்கான முக்கியக் காரணமாக இருக்கிறது.

சொந்த வாழ்வில் ஏற்பட்ட ஏமாற்றங்கள், தோல்விகள், மன முறிவுகள் ஆகியவற்றினால் இத்தகைய சமூகத் தவறான பொருத்தப்பாடு ஏற்படுமானால் இத்தகைய நிலை உளவியல் நூல்களைப் பயில்வதன்மூலம் குறைவது என்பது இயலாது. இத்தகைய பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகள் செறிவு மிக்கவையாக இருக்கின்றன. இத்தகைய ஆசிரியர்கள் உளவியலரைச் சந்தித்துக் குண முறைகளுக்குட்படுவதே சிறப்பு.

ஒருசில ஆசிரியர்கள் தங்கள் சமூகத் திறமைகளை வளர்த்துக் கொள்வதன்மூலம் தங்கள் சமூக உறவு முறைகளைச் சரி செய்து கொள்ள முடியும். உடன் வேலை செய்வோரை வீட்டிற்கழைத்து உபசரித்தல், பொழுதுபோக்குச் சங்கங்களில் சேர்தல், ஏனையோரது நடவடிக்கைகளில் உரிய வகையில் அக்கறை கொள்ளல் போன்ற சமூகத் திறமைகளை இவர்கள் ஓரளவு முயல்வதால் எளிதில் பெறமுடியும்.

தொழிலில் தவறான பொருத்தப்பாடு

பல ஆசிரியர்கள் தங்கள் தொழிலில் நாட்டமின்மையால் அகமுனைப்பு மிக்கவர்களாக வருந்துகின்றனர்; வேறு அலுவல்கள் கிடைக்காத ஒரே காரணத்தினால் இவர்கள் இவ்வேலையில் சேர்ந்திருக்கின்றனர். இவர்களுக்குச் சிறுவர்களுடன் நாள் முழுவதும் காலத்தைச் செலவிடுதல் பொறுமையைச் சோதித்து

எரிச்சலூட்டும் அனுபவமாகவே இருக்கிறது. ஒருசில ஆசிரியர்கள் விருப்பமின்றி, தங்கள் அலுவல்களில் இயந்திரமென ஈடுபடு கின்றனர். வேறு சிலருக்கு இத்தொழில் எவ்வித மகிழ்ச்சியையும் அளிப்பதில்லே. இத்தகைய பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகளே இவ்வாசிரியர்கள் அவரவர்களுக்கே உரித்தான வழியில் சமாளிக் கின்றனர். ஒருசிலர் துணிந்து இத்தொழிலினின்று விலகி வேறு அலுவல் தேடிச் சென்றுவிடுகின்றனர். வேறு பலரும் பொரு ளாதார நிலே, சமூகக் கட்டாயங்கள் ஆகியவற்றின் அடிப் படையில் வேறு வழியின்றி இதே அலுவலில் தொடர்ந்து நீடிக்கின்றனர். கற்பிப்பதில் புதிதாக நாட்டத்தை (aptitude) ஒருவர் உண்டாக்கிக்கொள்வதென்பது இயலாது. ஏனெனில், நாட்டம் ஒருவரது மரபுநிலேச் சூழ்நிலேயின் அடிப்படையில் தொடக்க ஆண்டுகளிலேயே ஏற்பட்டுவிடுகின்றது. எனவே, இத்தகைய ஆசிரியர்கள் தங்கள் ஆற்றல்களின் வரம்புகளே உள்ள வாறு ஏற்றுக்கொண்டு அதற்கேற்பத் தொழிலில் ஈடுபட முயல வேண்டும். தங்கள் ஆற்றல்களுக்கேற்ப உண்மையியல்பான இலட்சியங்களே அமைத்துக்கொண்டு அவற்றை அடைய முயற்சிப் பதே சிறப்பு. மேலும் ஒவ்வொரு தொழிலிலும் பல்வகையான ஆற்றல்களும் இணைந்தே காணப்படுகின்றன. நன்கு கூர்ந்து கவனிக்கும் ஆசிரியர்கள் ஆசிரியத் தொழிலில் இடம் பெறும் ஆற்றல்களே இனம் கண்டுகொள்ள முடியும். இவ்வாறு அறியும் வேளேகளில் ஒருசில குறிப்பிட்ட திறமைகள் ஏனேய தன்னிடம் உள்ள திறமைகளேக் காட்டிலும் அதிகமாக இருப்பதனே ஒவ்வோர் ஆசிரியரும் அறியக்கூடும். இவ்வாறு தன்னிடம் உள்ள திறமைகளேக் கண்டறிந்து அவற்றில் ஆழ்ந்த கவனம் செலுத்தி வளர்த்துக்கொள்வதன்மூலம் எந்த ஓர் ஆசிரியரும் தன் தொழில் பொருத்தப்பாட்டினே நெறிப்படுத்திக்கொள்வது கூடும்.

ஆசிரியர்-மாணவர் உறவு

வீட்டில் வளரும் குழந்தையின் உளநலத்தைப் பெற்ருேர்-குழந்தை உறவு முறைகள் எத்துணேயளவு தீர்மானிக்கின்றனவோ அந்த அளவிற்குப் பள்ளியில் பயிலும் மாணவர்தம் உளநலத்தைத் தீர்மானிப்பனவாக ஆசிரியர்-மாணவர் உறவு முறைகள் அமை கின்றன. தொழிலின் அடிப்படையிலும், சொந்த உறவின் அடிப்படையிலும் ஆசிரியர்கள் மாணவர்களுடன் மிக நெருங்கிய தொடர்பு கொண்டிருக்கின்றனர். தொழில் முறைப்படி ஆசிரியர் விருப்பு வெறுப்பற்ற வகையில் தன் மாணவர்களேப் பற்றிப் போதிய அளவு அறிந்திருத்தல் அவசியம். நல்ல ஆசிரியர்

கற்பிப்பதில் திறமை வாய்ந்தவராக, அறிவின் ஆதாரங்களை நன்குணர்ந்தவராக, சிறந்த தலைவராக விளங்குதல்வேண்டும். அதேபோல் மாணவர்களுடன் கொள்ளும் சொந்த உறவு முறையிலும் ஆசிரியர் ஒருசில முக்கியமான பண்புகளைப் பெற்றிருக்க வேண்டியிருக்கிறது. ஏனெனில், பெற்ருேரின் உருவமாக (parent-image) ஆசிரியர் இருக்க வேண்டியிருக்கிறது. மாணவர்கள் ஒன்றி நம்பிக்கையையும், மன எழுச்சி ஆதரவையும் பெறுவதற்கான ஓர் பொருளாக விளங்குவது ஆசிரியரின் கடமையாகும். மாணவர் தம் தேவைகளை நன்கு உணர்ந்து, மனிதாபிமானத்தோடு விளங்கும் வேளைகளிலேயே ஆசிரியர்கள் தங்கள் சொந்த உறவு முறைகளில் வெற்றி பெற முடியும். முதிர்ச்சியற்றவராக, மிகக் குறைவான சமூக-மன எழுச்சிப் பொருத்தப்பாடுடையவராக ஆசிரியர் இருப்பின் அவர் மாணவர்களது உளநல வளர்ச்சிக்குப் பெருமளவு கேடு விளைவிப்பவராகவே இருக்கமுடியும். இதற்கு மாருக முதிர்ச்சிபெற்ற, மன எழுச்சிச் சமநிலை பெற்ற, தகுந்த பொருத்தப்பாடுகள் கொண்டவராக ஆசிரியர் விளங்கும்போது மாணவர்தம் உளநலமும் பெருக வாய்ப்பு ஏற்படுகிறது.

ஆசிரியர்-மாணவர் உறவு முறையில் ஆசிரியர் கல்வியில் பெற்றுள்ள திறமை முக்கியப் பங்கு பெறுகின்றது. ஆசிரியர் கல்வியில் திறமை மிக்கவராக விளங்குவதனுல் மாணவர்களுடைய மதிப்பினை எளிதில் கவர்ந்துவிட முடிகிறது. உண்மையில் நல்ல ஆசிரியர் கல்வியில் திறமை மிக்கவராக இருக்கவேண்டும் என்பதனை ஆசிரியர்களும் ஏற்றுக் கொள்கின்றனர். பாட்ளு (Patna) பல்கலைக் கழகத்தைச் சேர்ந்த பிரசாத்தும் சிங்கும் நல்ல ஆசிரியர்களுக்கு என்ன என்ன பண்புகள் இருக்கவேண்டும் என்பது பற்றிய கருத்துகளை ஆசிரியர்களிடையேயும் மாணவர்களிடையேயும் கேட்டறிந்துள்ளனர். இவ்வாய்வு முடிவுகளும் மேலே கூறிய உண்மையினையே வலியுறுத்துகின்றன. இவ்வாய்வில் பங்கு பெற்ற 280 மாணவர்களும் 45 ஆசிரியர்களும் ‘ பாடத்தில் நல்ல அறிவு கொண்டிருப்பதனை’ நல்ல ஆசிரியர்களின் பண்பாகக் குறிப்பிடுகின்றனர்.

மேலும், நல்ல ஆசிரியர்கள் தங்கள் சொந்த உறவு முறைகளில் வெற்றிபெறச் சில குறிப்பிட்ட பண்புகள் பெற்றிருக்க வேண்டியிருக்கிறது. பிரசாத், சிங்கின் ஆய்வில் பங்கு பெற்ற மாணவர்கள் ‘ நாணயம்’, ‘ ஒரவஞ்சனையின்மை ’, ‘ நல்ல குணம் ’ ஆகியவற்றை ஆசிரியரது கல்வியறிவைக் காட்டிலும் முக்கியமானவையாகக் கருதுகின்றனர் என்பதனை ஆய்வு முடிவுகள் எடுத்துக் காட்டியுள்ளன.

ஆசிரியர்கள் தங்களிடம் பயிலும் மாணவர்களிடையே வேறுபாடு காட்டுதல் பெரும் பிழையாகும். குறிப்பாக ஒருசில ஆசிரியர்கள் நல்ல உயர்ந்த சமூகப் பொருளாதார வாய்ப்புக் கொண்ட சிறுவர்களிடம் தனிப்பட்ட அக்கறையும் அன்பும் காட்டுதல் உண்டு. இது இவ்வாறு ஏற்றுக்கொள்ளப்படாத சிறுவர்கள் மனமுறிவும், கிலியுணர்வும், போட்டி யுணர்வும் கொண்டவர்களாகச் செய்கின்றது. இதனுல் மாணவர்-மாணவர் களிடையேயும், மாணவர்-ஆசிரியரிடையேயும் பல பொருத்தப் பாட்டுச் சிக்கல்கள் ஏற்படுகின்றன. பள்ளிப் படிப்பினை இடையில் நிறுத்திவிட்டுச் செல்லும் மாணவர்கள் தாங்கள் படிப்பினை நிறுத்துவதற்கு ஆசிரியரது ஓரவஞ்சனையும் காரணமாக இருந்த தாகக் குறிப்பிடுகின்றனர் என்பதனை ஆய்வுகள் எடுத்துக் காட்டி யுள்ளன.

ஆசிரியர்கள் தங்கள் சொந்த உணர்ச்சிகள், விருப்பு வெறுப் புகள் தாங்கள் மாணவர்களுடன் கொள்ளும் உறவு முறையினை பாதிக்காதிருக்குமாறு எச்சரிக்கையுடன் இருத்தல் அவசியம். குறிப்பாகக் கீழ்நிலைச் சமூகப் பொருளாதார நிலைச் சிறுவர்கள் ஏற்கெனவே உலகினைப் பகை மிகுந்ததாகவும், இகழ்ச்சி நிறைந்த தாகவும் கருதுகின்றனர்; இவர்களுக்கே ஆசிரியரின் புகழ்ச்சியும், ஆதரவும், ஏற்பும் அதிகமாகத் தேவைப்படுகிறது. இத்தகைய மாணவர்களைப் புறக்கணித்தல் இவர்களது வாழ்வின் தொடக்கத்தி லேயே இவர்களிடம் உளநலமற்ற நோக்குகளை ஏற்படுத்திவிடும் என்பது திண்ணம். ஆனுல், ஆசிரியர் இத்தகைய மாணவர்களது பிரச்சினைகளை அனுதாபத்துடன் புரிந்துகொண்டு உதவ முன் வருவதனுல் இவர்களது உளநலமற்ற நிலையே மாறுவதற்கும் வழி ஏற்படுவதுண்டு. இவ் வேளைகளில் மாணவர்-ஆசிரியர் உறவு நெருக்கமிக்கதாக உளநலப் பாங்கானதாக வலுவடைய வாய்ப்பேற்படுகிறது.

அமெரிக்காவில் வானெலிப் (Radio) போட்டியின் வழியாக ஓர் ஆய்வினை நடத்தியுள்ளனர். இவ்வாய்வில் முதல் வகுப்பினின்று பன்னிரண்டாம் வகுப்புவரை படிக்கும் சிறுவர்-சிறுமியரிடம் 'எனக்கு மிகவும் உதவி புரிந்த ஆசிரியர்' என்ற தலைப்பில் எழுதியனுப்புமாறு வேண்டுகோள் விடுக்கப்பட்டது. இவ்வாய்வில் இத் தலைப்பில் 33,000 மாணவர்கள் பதில் அனுப்பினர். இவ்வாய்வில் கிடைத்த விவரங்களைப் பகுத்துப் பிரித்துப் பாகுபடுத்தி ஆராய்ந்ததில் கீழ்க்கண்ட பண்புகள்

மிகவும் ஆசிரியர்களிடம் காணப்படுகின்றன என்று தெரியவரு கிறது. இவ்வாறு கண்ட பண்புகளாவன :

(1) கூட்டுறவுத் தன்மை
(2) பிறருக்கான உணர்வும் அன்பும்
(3) பொறுமை
(4) பலவகையான அக்கறைகள் கொண்டிருத்தல்
(5) நல்ல தோற்றமும் இனிய இயல்பும்
(6) நியாயமாக நடத்தல்
(7) நகைச்சுவை உணர்வு
(8) நல்லியல்பும் நிலையான நடத்தையும்
(9) மாணவர்தம் பிரச்சினையில் அக்கறை காட்டுதல்
(10) வளைந்து கொடுத்தல்
(11) பெருமையை உணர்ந்து புகழ்தல்
(12) கற்பித்தலில் அசாதாரணத் திறமை

இவ் வானொலி ஆய்வினைப் போன்றே, பாஸ்பீல்ட், ஹாக்கிராட் (Bousfield, Haggard) நடத்திய ஆய்வும், மாணவர் பாராட்டும் ஆசிரியர் பண்புகளை எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. இவர்களது ஆய்வில் பங்கு பெற்ற கல்லூரி மாணவர்கள் கீழ்க்காணும் பண்புகளை நல்ல ஆசிரியரிடமிருக்க வேண்டியன வென்று கருதுவதாக ஆய்வு முடிவுகள் எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. இவ்வாறு குறிக்கப்பெற்ற பண்புகளை அவற்றின் முக்கியத்துவ வரிசைப்படி கீழே தருகிறோம்.

(1) மாணவரிடம் அக்கறை
(2) நியாயமாக நடத்தல்
(3) மகிழ்வூட்டும் ஆளுமை
(4) நகைச்சுவை
(5) பாடத்தில் திறமை
(6) நல்ல குரல்
(7) பொறுமை
(8) அறிவுக் கூர்மை
(9) நன்கு கற்பிக்கும் திறன்
(10) எடுப்பான தோற்றம் (Poise)
(11) பொறுமையும் உதவி செய்யும் தன்மையும்
(12) மாணவர்களுடன் பழகும் திறமை
(13) பரந்த உள்ளம்

இவ்வாய்வுகள் மேலே நாடுகளில் நடைபெற்றிருந்த போதிலும் பொதுவாக எல்லா நாடுகளின் மாணவர்களும் தங்கள் ஆசிரியரிடம் எதிர்பார்க்கும் பண்புகளைப் பெருமளவு எடுத்துக் காட்டுவனவாக அமைகின்றன. இவற்றைத் தம்மிடம் வளர்த்துக் கொள்வதன்மூலம் ஆசிரியர்கள் தங்கள் மாணவர்களுடன் நெருங்கிய இணக்கமிக்க, மன நிறைவூட்டும் உறவினைக் கொள்ள முடியும் என்பது தெளிவு.

ஆசிரியர்-பெற்றோர் உறவு

சிறுவர்தம் உள வாழ்வில் பள்ளியும் வீடும் சம பங்கு பெறுகின்றன. வீட்டில் ஏற்படும் பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகள் பள்ளிக்கு எடுத்துச் செல்லப்படுகின்றன. பள்ளியில் உண்டாகும் பொருத்தப்பாட்டுச் சிக்கல்கள் வீட்டிற்குத் தொடர்கின்றன. எனவே, சிறுவனின் பொருத்தப்பாட்டுச் சிக்கல்களைக் குறைத்து உளநலத்தை மிகச் செய்ய வீடு, பள்ளி ஆகிய இரண்டுமே சம பொறுப்பேற்று முயற்சிகளை மேற்கொள்ள வேண்டிய அவசியம் ஏற்படுகிறது. எனவே, வீட்டின் சூழ்நிலையினை ஆசிரியரும், பள்ளிச் சூழ்நிலையினைப் பெற்றோரும் அறிந்திருக்க வேண்டியிருக்கிறது. இவ்வாறு இரு திறத்தினரும் ஒருவரை ஒருவர் நன்கு புரிந்துகொண்டு ஒத்துழைக்கும்போதே மாணவர் தம் உளநலம் வலுவுறும்.

கிராமப்புறப் பள்ளிகளில் ஆசிரியரே கல்வி பெற்றவராகவும், உளநல விதிகளை உணர்ந்தவராகவும், சமூக மதிப்பினைப் பெற்றவராகவும் இருக்கிறார். இந் நிலையில் கல்வியற்ற பெற்றோர்களிடம் உளநல விதிகளை உரிய வகையில் எடுத்துக் கூறுவது ஆசிரியரின் பொறுப்பாகிறது.

ஆசிரியரும் பெற்றோரும் இணைந்து செயல்பட ஆசிரியர் சங்கங்களும் பெற்றோர் சங்கங்களும் பெருமளவு உதவி செய்ய முடியும். இவ்வாறு இவ்விரு திறத்தினரும் கலந்து பழகி அவரவர் பிரச்சினைகளை மனம் விட்டு விவாதிப்பதனால் மாணவர்களை நன்கு புரிந்துகொள்ள வாய்ப்பேற்படுகிறது. இதனால் நடைமுறைக்கு ஏற்றதோர் உளநலத் திட்டத்தினை இருவரும் வகுத்துக் கடைப்பிடிக்க வழி ஏற்படுகிறது. இந்நிலை நம் பள்ளிகளில் மிகவும் குன்றியுள்ளது. எனவே, மேற்கூறிய சங்கங்களினால் இன்னோரன்ன நிலையை மாற்றி, சிறந்த பெற்றோர்-ஆசிரியர் உறவு முறைகளை வளர்ப்பது மாணவர்களின் உளநலத்திற்கு வழிகோலுவதாகும்.

பகுதி ஐந்து

தொழிற்சாலையில் உளநலம்

21. தொழிலாளர் பொருத்தப்பாடுகள்.

22. வேலையில்லாத் திண்டாட்டமும் உளநலமும்.

23. வேலைச் சூழ்நிலையும் உளநலமும்.

21. தொழிலாளர் பொருத்தப்பாடுகள்

வளர்ச்சியுறும் நாடுகளில் வாழ்வோரின் வாழ்வு முறைகளை வழிப்படுத்தித் திட்டமிட்டமைப்பவையாக இருப்பவை தொழிற் சாலைகளே. தொழில்மய நாகரிக நாடுகளில் ஒவ்வொருவரை யும் அவரவர்தம் தொழிற் பின்னணியிலேயே மதிப்பிடுகிறோம். இவ்வகையில் தொழில் ஒருவரது பொருளாதார உயர்நிலையை யும் சமூகச் செல்வாக்கினையும் திட்டமிடுவதாக விளங்குகிறது. இன்று பலரும் தங்கள் அலுவலகத்தைத் தங்கள் இல்லத்தைக் காட்டிலும் பெரிதாக மதிக்க முற்படுகின்றனர். எனவே, இவர் களுக்குக் குடும்ப வாழ்வைக் காட்டிலும் அலுவலக வாழ்வே பொருள் மிக்கதாகத் தெரிகிறது. இதனாலேயே இவர்கள் தங்கள் குடும்ப வாழ்வின் வெற்றி தோல்விகளைவிடத் தொழில் வாழ்வின் வெற்றி தோல்விகளை முக்கியத்துவம் மிக்கவையாக்க் கொள்கின்றனர்.

அன்றியும் முதிர்ச்சிப் பருவமடைந்த ஒவ்வோர் ஆணும் தன் அலுவலிலேயே பெரும்பாலான காலத்தைச் செலவிட வேண்டியிருக்கிறது. மாறிவரும் இன்றைய சமூகச் சூழ்நிலையில் பல பெண்களுக்கும் இந்நிலை ஏற்படத் தொடங்கியுள்ளது. இத்தகைய வேலைகளில் ஒருவன் தன்னைப்பற்றிய 'நான்' என்ற உணர்வினைத் தொழில் அனுபவங்களின் அடிப்படையில் வளர்த்துக் கொள்வது இயல்பே.

எவரும் தொழில் வாழ்வு, தனி வாழ்வு என்று இரு தனித் தனியான வாழ்க்கை வாழ்வதில்லை. ஒருவர் தொழிலில் அடை யும் வெற்றி தோல்விகளை வீட்டிற்கும், வீட்டில் ஏற்படுபவற்றை அலுவலகத்திற்கும் எடுத்துச் செல்வதே இயற்கை. எனவே, தொழிலின் அடிப்படையில் எழும் பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகள் மனவிறைப்பையும் கிலியுணர்வையும் ஏற்படுத்தி, குடும்ப வாழ்வினையும் பெருமளவு பாதிக்கின்றன. அதேபோல்

தொழிலில் பெறும் வெற்றிகளும், பொருத்தப்பாடுகளும் ஒருவரிடம் தன்னம்பிக்கையையும் ஊக்கத்தையும் உண்டாக்கி, குடும்ப வாழ்வையும் மலரச் செய்கின்றன.

சமூக வாழ்விலும் தொழிற்சாலைகள் முக்கியத்துவம் வாய்ந்தவையாக விளங்குகின்றன. தொழிற்சாலைகள் புதியபுதிய தேவைகளை மக்களிடையே உருவாக்கி வளர்க்கின்றன. தொழில் வல்லுநர்கள் புதியபுதிய தேவைகளைச் சமூகத்தில் திட்டமிட்டுத் தோற்றுவித்தவண்ணம் இருக்கின்றனர். இதனால் மக்களிடையே வாழ்க்கைத் தரம்பற்றிய கருத்துகள் மாறுபடுகின்றன; இதனடிப்படையில் புதிய சமூக இலட்சியங்கள் எழுகின்றன. இவற்றிற்கேற்ப ஒவ்வொருவரும் செயலுற வேண்டிய அவசியம் உண்டாகிறது. இவ்வாறு மாறியவண்ணம் அமையும் சமூக வாழ்க்கை பல பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகளுக்குக் காரணமாகிறது. இவ்வளவில் உளநலத்தைத் தீர்மானிக்கவல்ல சமுதாய மாற்றங்களை உருவாக்குபவையாகத் தொழிற்சாலைகள் ஆற்றல் பெற்று விளங்குகின்றன.

தொழிலில் புகுவதற்கு மேற்கொள்ளப்படும் முயற்சிகளிலிருந்து அதனினின்று ஓய்வு பெற்று வெளிவரும்வரை எண்ணற்ற அனுபவங்கள் ஒருவரிடம் ஏற்படுகின்றன. இத்தகைய அனுபவங்களின் ஒவ்வொரு கட்டத்திலும் உளநல விதிகள் பெரிதும் இடம் பெற்றுள்ளன. இவ் உளநல விதிகளை உணர்ந்து கடைப்பிடிக்கும் ஒவ்வொரு முறையும் ஒருவரது பொருத்தப்பாடு பொருத்தமிக்கதாக எளிதானதாக அமைய வாய்ப்பேற்படுகிறது. ஆனால், இவற்றினின்று தவறுகின்ற ஒவ்வொரு தடவையும் பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகள் கிளர்ந்தெழுகின்றன; உளநலம் பாதிக்கப்படுகிறது. எனவே, ஒருவரது தொழில் வாழ்வில் சாதாரணமாக இடையீடுபடக்கூடிய சிக்கல்களையும் அவற்றை உளநலப்பாங்கில் சமாளிப்பது எப்படி என்பதையும் ஒவ்வொருவரும் அறிந்திருக்க வேண்டிய அவசியம் எழுகிறது.

தொழிலாளர் பொருத்தப்பாடுகள்பற்றிய ஆய்வுகள்

தொழிலாளிகளிடையே எவ்வெப் பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகள் இருக்கின்றன என்பதைப்பற்றியும் அவர்களிடையே உளக்கோளாறு எவ்வெவ் விதங்களில் எத்துணையளவு பரவியிருக்கின்றது என்பதைப்பற்றியும் பல அறிஞர்கள் ஆராய்ந்துள்ளனர். இவ்வகையில் ஃபிரேசரின் (Fraser) ஆராய்ச்சி எடுத்துக்காட்டாக விளங்குகிறது. நம் நாட்டில் கங்குலி, ராமன் ஆகியோர் இத்துறையில் ஆய்வுகளை மேற்கொண்டிருக்கின்றனர். இன்னோரன்ன

ஆய்வுகள் நம் நாட்டுத் தொழிற் சூழ்நிலையில் தொழிலாளரிடையே ஏற்படும் மெய்ப்பாட்டுக் கோளாறுகளைப்பற்றியும், உளநோய்கள்பற்றியும், பல உண்மைகளைத் தெளிவாக எடுத்துக் காட்டுகின்றன.

ஃபிரேசரது ஆய்வு

13 பெரும் அல்லது நடுத்தரப் பொறியியல் தொழிற்சாலைகளைச் சேர்ந்த 30,000 தொழிலாளர்களைக் கொண்டு ஃபிரேசர் (Fraser) தொழிலாளர்தம் தவறான பொருத்தப்பாடு பற்றி ஓர் ஆய்வு நடத்தியுள்ளார். இந்த 30,000 தொழிலாளர்களிடையே இருந்து 3,083 ஆண், பெண் தொழிலாளிகள் இறுதி ஆய்விற்காகச் சேர்த்துக்கொள்ளப்பட்டனர். இவ்வாய்வில் தொழிலாளர்களில் 10 சதவிகிதத்தினரிடையே உளக் கோளாறுகள் திட்டவட்டமாகக் காணப்படுவதாகவும், 20 சதவிகிதத்தினரிடையே ஓரளவு மிதமான அளவிற்கு உளக் கோளாறுகள் காணப்படுவதாகவும் கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. பொதுவாக ஆண்களைக் காட்டிலும் பெண்களே அதிகமாக உளக்கோளாறு கொண்டவர்களாக இருக்கின்றனர். 13 சதவிகிதப் பெண் தொழிலாளர்களிடையே ஓரளவு முற்றிய உளக் கோளாறுகள் காணப்படுகின்றன; ஆனால், 9 சதவிகித ஆண் தொழிலாளர்களிடையே இந்நிலை காணப்படுகிறது. அதேபோல் 23 சதவிகிதப் பெண் தொழிலாளர்கள் குறைந்த அளவு உளக் கோளாறுகளால் பீடிக்கப்படுகையில் 20 சதவிகித ஆண் தொழிலாளரிடையே இந்நிலை காணப்படுகிறது. புள்ளி இயல் நியதிகளின்படி சரிபார்க்கையில் தொழிலாளர்களிடையே 8 சதவிகிதத்தினர் திட்டவட்டமான உளவியற் கோளாறுகளாலும், 16 சதவிகிதத்தினர் ஓரளவு உளக் கோளாறுகளாலும் பீடிக்கப்பட்டிருக்கின்றனர் என்று ஃபிரேசரது ஆய்வு முடிவுகள் எடுத்துக் காட்டுகின்றன. எனவே, 24 சதவிகித தொழிலாளர்கள் ஓரளவாவது உளநோய் கொண்டவர்களாகவே காணப்படுகின்றனர்.

உளநலத்தை பாதிக்கும் காரணிகள்

கீழ்க்கண்ட காரணிகள் தொழிலாளர்தம் உளநலத்தினை பாதிக்கின்றன என்று நாம் கூற இயலும். பொதுவாக, தொழிற்சாலையினுள்ளும் வெளியும் அமைந்துள்ள காரணிகளும் அதே போன்று இல்லத்திலும் வெளியிலும் அமைந்துள்ள காரணிகளும் உளநலத்தை பாதிக்கவல்லன என்று நாம் கூறத் தேவையில்லை.

உளநலத்தை பாதிக்கும் காரணிகள் :

(1) வாரத்திற்கு 75-மணிக்கும் அதிகமான தொழிற்சாலை வேலை.

(2) பற்றாக்குறையான உணவு ஊட்டம்.

(3) கட்டுப்படுத்தப்பட்டுள்ள சமூகத் தொடர்புகள், தனித் திருத்தல் அல்லது இடைவேளை அக்கறைகள்.

(4) பெண்களிடையே விதவை நிலை அல்லது கைவிடப்பட்ட நிலை, ஓரளவு வீட்டுக் கடமைகளுடன் கூடிய திருமணம்.

(5) தனிமையாகக் கடைகளுக்குச் செல்லல், வீட்டு, பண, அல்லது போக்குவரத்துத் தொல்லைகள் போன்ற அசாதாரணப் பொறுப்புகள் கொண்டிருத்தல், குடும்பத்தினரிடையே நோய் அல்லது இறப்பு ஏற்படுதல்.

(6) வேலையை அலுப்பாக அல்லது வெறுப்பாகக் கருதுவது.

(7) மிக எளிதான திரும்பத் திரும்பச் செய்யப்படும் வேலை.

(8) தொழிலாளியின் நுண்ணறிவிற்கும் பொருத்தமற்ற திறன்களுக்கும் தேவைப்படுகின்ற வேலை ; சான்றாக, நுண்ணறிவு மிக்கவர்கள் நடுத்தர அல்லது ஓரளவு திறனே தேவைப்படும் அலுவல்களில் இருத்தல், சாதாரண நுண்ணறிவுடையோர் ஓரளவு திறன் வேண்டப்படும் அலுவல்களில் இருத்தல், குறைந்த நுண்ணறிவு கொண்டோர் நடுத்தர அல்லது உயர்தரத் திறன் வேண்டப்படும் அலுவல்களில் இருத்தல்.

(9) அசெம்பளி பிரிவு (Assembly Section), பெஞ்ச் வேலைகள் (bench work), இன்ஸ்பெக்ஷன் (inspection), டூல் ரூம் (tool room) ஆகியவற்றில் மேற்கொள்ளப்படும் வேலைகள் ; பெரும்பாலும் இவ் வேலைகளில் மிகவும் கூர்ந்து கவனம் செலுத்த வேண்டியிருப்பதால் இந்நிலை ஏற்படலாம்.

(10) தானாக எதுவும் செய்வதற்கு வாய்ப்போ, நுணுக்க இயல் பொறுப்போ இல்லாது தொடர்ந்து கூர்ந்து கவனித்துச் செய்யும் வேலைகள். சான்றாக, வேலை செய்யும் பாதி வேளைகளில் பிறருடன் பேசாமல் இருந்து கூர்ந்து கண்ணால் கவனித்துச் செய்யும் வேலைகள்.

(11) சிறிதளவு மாறுதலுக்கும் வேறுபாடுகளுக்கும் வழி தராது தொடர்ந்து நீடித்துச் செய்ய வேண்டிய வேலைகள்.

(12) போதுமளவு வெளிச்சமில்லாத இடங்களில் வேலை செய்தல்.

ஃபிரேசரது ஆய்வினைப் பின்பற்றி இந்திய மருத்துவ ஆராய்ச்சிக் கழகத்தின் (ICMR) ஆதரவில் கங்குலி (Gunguly, H.C.,) டில்லியிலுள்ள ஓர் நெசவுத் தொழிற்சாலையில் தொழிலாளர்தம் உளநலம்பற்றி ஓர் ஆய்வை மேற்கொண்டிருக்கிறார். இந் நூல் ஆலை 1919ஆம் ஆண்டில் தொடங்கப்பட்டு இன்று பல வித நூல்களையும் தயாரிப்பதில் பெயர் பெற்று விளங்குகிறது. இவ் ஆலையில் உற்பத்தியிலோ, தொழிலாளர் தொகையிலோ ஆண்டுக்கு ஆண்டு மாறுதல்கள் ஏற்படுவதில்லை. நன்கு நிறுவப் பட்ட இவ் ஆலையில் ஏனைய நிருவாகப் பண்புகளும் நிலை யானவையாகவே விளங்குகின்றன. இந் நிறுவனத்தின் ஊழியர் களில் (3270) 10 சதவிகிதத்தினர் ஆராய்ச்சிக்காகத் தேர்ந் தெடுக்கப்பட்டனர். இவ்வாய்வில் ஆண் தொழிலாளர்கள் மட்டுமே பங்கு பெற்றனர்.

கங்குலி நடத்திய இவ்வாய்வில் ஓர் மருத்துவ உளவியலர், ஓர் உள மருத்துவர், ஓர் சமூகப் பணியாளர், ஓர் புள்ளியியல் உதவியாளர் ஆகியோர் அடங்கிய குழு புள்ளி விவரங்களைச் சேகரித்துப் பரிசீலனை செய்தது. தொழிலாளர்களிடையே உள நலமின்மை எத்துணையளவு பரவியிருக்கிறது என்பதே இவ் வாய்வின் முக்கிய நோக்கமாகக் கொள்ளப்பட்டது.

பொதுவாக உளவியலரால் மேற்கொள்ளப்படும் ஆராய்ச்சி களின் பொது அமைப்பினை விளக்குவதாக கங்குலியின் ஆராய்ச்சி அமைவதால் இவ்வாய்வினை ஓரளவு இங்கு விரிவாக விளக்குவோம்.

விவரங்கள் சேகரிக்க இவ்வாய்வில் பல அறிவியல் முறை களும் பயன்படுத்தப்பட்டன.

(1) தனியாள் வரலாறு (Case History)

மருத்துவ உளவியல் ஆய்வுகளிலும் உள மருத்துவ ஆய்வு களிலும் பரவலாகப் பயன்படுத்தப்பட்டு வரும் முறைகளில் இதுவும் ஒன்று. ஒவ்வொரு தொழிலாளியின் வரலாற்றையும் உளவியல் கண்ணோட்டத்தில் அறிவதற்காக ஓர் கேள்வி நிரல் தயாரிக்கப்பட்டது. இதன் உதவியுடன் மருத்துவ உளவியலர் ஒவ்வொரு தொழிலாளியையும் தனித்தனியாகச் சந்தித்து அவரது வரலாற்றினைக் கேட்டு எழுதிக் கொண்டார். இவ்வாறு ஒவ்வொருவரது வரலாற்றையும் பெறுவதற்கு ஒரு மணிக்கும் மேலாகக் காலம் தேவைப்பட்டது.

(2) உளவியற் சோதனைகள்

ஒவ்வொரு தொழிலாளிக்கும் பல உளவியற் சோதனைகள் அளிக்கப்பட்டன. இதில் கீழ்க்கண்ட உளவியற் சோதனைகள் இடம்பெற்றன.

(1) ரோர்ஷாக் சோதனை (Rorschach Test).
(2) பிண்டர்-கெஸ்டால்ட் சோதனை (Bender-Gestalt Test).
(3) ஃப்ரீமெனின் கிலி உடற்கோளாறு, உடல்சார் உளக் கோளாறு சோதனை (Freemain's Anxiety Nervosis & Psychosomatic Test).
(4) பாட்டியாவின் நுண்ணறிவுச் சோதனைத் திரள் (Bhatia Battery of Intelligence Tests).

மேற்காணும் சோதனைகள் சாதாரணமாக ஒருவரது ஆளுமையைப் புரிந்துகொள்வதற்காகப் பயன்படுத்தப்படுவன ஆகும்.

இச் சோதனைகளன்றி 'தொழில் மன நிறைவுச் சோதனை' ஒன்றும் ஒவ்வொரு தொழிலாளிக்கும் தரப்பட்டது. இவையன்றி ஒவ்வொரு தொழிலாளியின் வேலையின் தன்மை, வேலை செய்து வரும் காலம், வருவாய் போன்ற தொழில் நிலைகள்பற்றிய விவரங்களும் சேகரிக்கப்பட்டன.

(3) மருத்துவப் பரிசோதனை

உளநலமின்மையில் உடல் அறிகுறிகள் காணப்படுவது போன்றே உடல் நலமின்மையில் உள அறிகுறிகள் காணப்படுவது உண்டு. க்ஷயரோகம், இருதய :உபாதைகள் போன்ற உடற் கோளாறுகளின்போது கிலியுணர்வு, மிதமான சோர்வு நிலை போன்ற உள அறிகுறிகள் காணப்படுவதும் உண்டு. இவ்வாய்வு உளக்கோளாறுகள் தொழிலாளர்களிடையே எந்த அளவு பரவியிருக்கிறது என்பதிலேயே கவனம் செலுத்துவதாக அமைய வேண்டுமானால் இவ்வாறு உடல் கோளாறுகள் காரணமாக உள அறிகுறிகள் கொண்டவர்களைக் கண்டறிந்து நீக்குதல் வேண்டுமன்றோ! எனவே, இவ்வாறு உடல் நோய் கொண்டிருக்கக் கூடியவர்கள் என்று கருதப்பட்ட 100 தொழிலாளர்களை உடல் பரிசோதனைகள்மூலம் ஆராய வேண்டிய அவசியம் எழுந்தது. இவ்வாறு உடல் நோயால் பாதிக்கப்பட்டிருக்கக்கூடும் என்று ஐயுறப்பட்ட தொழிலாளர்கள் அனைவருக்கும் மருத்துவப் பரிசோதனைகள் செய்யப்பட்டன. இப் பரிசோதனைகளுக்கு அனுப்பப்பட்ட 100 பேரில் 52 பேருக்கு உடற்கோளாறுகள் இருப்பதாகக் கண்டறியப்பட்டது.

(4) உள மருத்துவப் பரிசோதனை

உளவியலரால் சேகரிக்கப்பட்ட வரலாறு, சோதனை முடிவுகள் ஆகியவற்றால் உளக்கோளாறு அல்லது உளநோய் கொண்டிருப்பதாகக் கருதப்பட்ட தொழிலாளர்கள் அனைவரும் உடல் மருத்துவச் சோதனைகளுக்கு அனுப்பப்பட்டனர். இவ்வாறு ஆய்விற்குத் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட 327 பேரில் 100 பேர் அதாவது மூன்றில்

ஒரு பகுதியினருக்குமேல் உளக் கோளாறு அல்லது உள நோய் கொண்டிருப்பதாகக் கண்டுபிடிக்கப்பட்டு உள மருத்துவப் பரிசோதகரிடம் மேல் ஆராய்ச்சிக்காக அனுப்பப்பட்டனர். உள மருத்துவர் ஒவ்வொரு தொழிலாளியையும் நன்கு பரிசோதித்து அவரது உளக் கோளாறு எவ்வகையினது என்று கண்டு அதற்கான குண முறைகளையும் இறுதியாக நிர்ணயித்தார். இறுதி முடிவுகள் இவ்வாராய்ச்சியின் இயக்குநர், மருத்துவ உளவியலர், உள மருத்துவர் ஆகிய அனைவரும் ஒன்று கூடி மேற்கொள்ளப்பட்டவையாகும்.

(5) தொழிற்சாலைக்குச் செல்லுதல்

உளவியலரும், புள்ளியியல் உதவியாளரும் தொழிற்சாலைக்குப் பலமுறை சென்று தொழிலாளர்களது வருவாய் (income) வராதிருத்தல் (absence) போன்ற பல விவரங்களையும் அங்குள்ள பதிவேடுகளினின்று சேகரித்தனர். உள நோய்களின் காரணங்களை அறிவதற்கு இவை துணை விவரங்களாகக் கொள்ளப்பட்டன.

(6) சமூகப் பணியாளர் இல்லங்களுக்குச் செல்லுதல்

ஆராய்ச்சிக் குழுவைச் சேர்ந்த சமூகப் பணியாளர் தொழிலாளர்களது வீட்டு வாழ்வுபற்றி அறிவதற்காக அவர்களது இல்லங்களுக்குச் சென்று விவரங்கள் சேகரித்து வந்தார். இவ்வாறு 50 உளநலமற்ற தொழிலாளர்களது இல்லங்களுக்கும் 50 உளநலமின்மை அறிகுறி எதுவுமற்ற தொழிலாளர்களது இல்லங்களுக்கும் சென்று அவர்களது இல்லங்கள்பற்றிய விவரங்கள் சேகரிக்கப்பட்டன. இதற்காக ஓர் நமூனு பயன்படுத்தப்பட்டது. இதன் வழியாகத் தொழிலாளியின் வீட்டுச் சூழல், பொதுச் சுற்றுப்புறம், சமூகப் பொழுதுபோக்கு வசதிகள், சுற்றுப்புறத்தில் அவரது சமூக நிலை, வீட்டின் மன எழுச்சிச் சூழ்நிலை, குறிப்பாகத் தொழிலாளி தன் பெற்றோர், உற்றார் ஆகியோருடன் கொண்டுள்ள பொருத்தப்பாடு ஆகியவைபற்றிய விவரங்கள் சேகரிக்கப்பட்டன.

இவ்வாய்வின் முடிவுகள் இத்தொழிற்சாலையில் உள்ள தொழிலாளர்களிடையே உளநோய் அரிதே காணப்படுகிறது என்பதனையும், ஆனால் குறிப்பிடும் அளவிற்கு உளக் கோளாறுகள் காணப்படுகின்றன என்பதனையும் எடுத்துக் காட்டுகின்றன. புள்ளிவிவரமாகக் கூறவேண்டுமானால் தொழிலாளர்களிடையே 3 சதவிகிதத்தினர் உளநோய் கொண்டிருப்பதாகவும், 12·54 சதவிகிதத்தினர் உளக்கோளாறு கொண்டிருப்பதாகவும் கூறலாம். இவ்வாராய்ச்சி முடிவுகளை அட்டவணையில் காணலாம்.

இந்தியத் தொழிற்சாலையில் உளநோய்கள் பரவியிருத்தல்

பகுப்பு எண்	கோளாற்றின் தன்மை	கொண்டுள்ள தொழிலாளர் எண்ணிக்கை	சதவிகிதம்
301·2	மிகை வெறி நிலை (Hypomania).	1	3
310	உடல் அறிகுறிகள் கூறப் படாத கிலி எதிர்வினை (Anxiety reaction without somanic symptoms).	5	1·53
314	உளக்கோளாற்றுச் சோர்வு எதிர்வினை (Neurotic - depressive reaction).	11	3·36
315	இரத்த ஓட்ட மண்டலத்தை பாதிக்கும் உடல் அறிகுறி களுடன் கூடிய உளக் கோளாறு.	1	·31
316	ஜீரண மண்டலத்தை பாதிக்கும் உடல் அறிகுறி களுடன் கூடிய உளக் கோளாறு.	3	·92
317	சுவாச மண்டலத்தை பாதிக்கும் உடல் அறிகுறி களுடன் கூடிய உளக் கோளாறு.	1	·36
317·1	பிறப்பு-கழிவு உறுப்பு மண் டலத்தினை பாதிக்கும் உடல் அறிகுறிகளுடன் கூடிய உளக்கோளாறுகள்.	6	1·84
317·5	ஏனைய மண்டலங்களை பாதிக்கும் உடல் அறிகுறி களுடன் கூடிய உளக் கோளாறுகள்.	1	·31
318·0	ஹைப்போக் காண்ட்டியாக் எதிர்வினை.	4	1·22
318·3	ஆஸ்தனிக் எதிர்வினை (Asthenic).	6	1·84
318·5	ஏனைய உளக்கோளாறுகளும் குறிப்பாகக் கூற இயலா தனவும்.	2	6·12
		41	12·6

இந்தியத் தொழிற்சாலேயில் பண்பு, நடத்தை, நுண்ணறிவுக் கோளாறுகள்

பகுப்பு எண்	கோளாற்றின் தன்மை	கொண்டுள்ளோர் எண்ணிக்கை	சத விகிதம்
321·0	மன எழுச்சி நிலேயின்மை (Emotional instability).	1	·31
325·2	பேதை (Moron) ...	3	·92
		4	1·23

இவ்வாய்வு வழியாகத் தொழிலாளரது உளநலத்துடன் நெருங்கிய தொடர்பு கொண்டுள்ள பல காரணிகளேப்பற்றியும் அறிய முடிகிறது. தொழிலில் மன நிறைவு குன்றியிருப்பவர்களிடையே பெருமளவு உளக் கோளாறுகள் காணப்படுகின்றன. வேலேத்திறன், வேலேக்கு வராதிருத்தல், வயது, கல்வி நிலே, நுண்ணறிவு, வருவாய் ஆகியவற்றில் உளநலமிக்க தொழிலாளர்களுக்கும் உளநலம் குன்றிய தொழிலாளர்களுக்குமிடையே பெரும் வேறுபாடு காணப்படுவதில்லே. சொந்தப் பொறுப்புகள் மிகுந்திருப்போரிடம் உளக் கோளாறுகள் ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்புப் பெரிதாக இருக்கிறது என்று ஓரளவு கூற முடியும்.

குடும்ப உறவு முறைகள், நேரத்தைச் செலவிடல் (leisure), சமூக நடவடிக்கைகள் ஆகியவற்றைப் பொறுத்தவரை உளநலம் கொண்டுள்ள தொழிலாளர்களுக்கும் உளநலம் குன்றிய தொழிலாளர்களுக்கும் இடையே பெருமளவு வேறுபாடுகள் காணப்படுகின்றன. உளக்கோளாறு கொண்டோர் மனேவி, மக்கள், சுற்றிலுமுள்ளோர் எவருடனும் இசைவான உறவு கொண்டிருப்பதில்லே; நண்பர்களேயும் சுற்றத்தாரையும் அடிக்கடி சந்திப்பதுமில்லே.

ராமனின் ஆராய்ச்சி

பெங்களூரைச் சேர்ந்த E. J. ராமன் தொழிலாளர்தம் உளநலம்பற்றி ஆராய்ந்துள்ளார். தொழிலாளர்கள் தங்கள் வாழ்வில் வேலேயினேத் தவிர வேறு பல துறைகளிலும் பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினேகளேச் சந்திக்க வேண்டியிருக்கிறது. இத்துறைகளேத் தொழில், பொது ஆரோக்கியம், இல்லம், சமூகம் என நான்காகப் பிரித்தல் கூடும். ராமன் தொழிலாளர்களிடையே இத்தகைய சொந்தப் பொருத்தப்பாடுகள், குறிப்பாக உளக் கோளாறு எத்துணேயளவு பரவி இருக்கிறது என்று ஆராய்ந்தார்

முக்கியமாகத் தொழிலாளர்களிடையே உளக்கோளாற்றுப் பண்பிற்கும் ஏனைய பொருத்தப்பாடுகளுக்கும் தொடர்பு இருக்கிறதா என்றறிய மேற்கொள்ளப்பட்ட இவரது ஆய்வில் 295 தொழிலாளர்கள் பங்கு பெற்றனர். இவர்கள் ஒரு மின் பொறியியல் தொழிற்சாலையைச் சேர்ந்த திறன் வேண்டும் தொழிலாளிகள், மேற்பார்வையாளர்கள், கணக்காளர்கள் என்று பல பிரிவினராக இருந்தனர். இவ்வாய்வின் முடிவுகள் உளக்கோளாற்றுப் பண்பிற்கும் பிற பொருத்தப்பாட்டுப் பிரிவுகளுக்கும் நெருங்கிய தொடர்பிருப்பதனைத் தெளிவாக எடுத்துக் காட்டுகின்றன. அதாவது உளக்கோளாற்றுப் பண்பு ஒருவர் பிற துறைகளில் கொள்ளும் பொருத்தப்பாடுகளையும் பெரிதும் பாதிக்கின்றது என்பதனையே இவ்வாய்விலிருந்து அறிகிறோம்.

விமானப் படையில் உளக்கோளாறுகள்

கங்குலி, பாரத விமானப் படையினரிடம் (Indian Air Force) நடத்திய ஆய்வின்மூலம் விமானப் படையினரின் உளநலம்பற்றிய பல உண்மைகள் வெளிப்படுகின்றன. இவ்வாய்வின்மூலம் கிடைத்த பயன்மிக்க முடிவுகளில் ஒருசில வருமாறு :

பொதுவாக எந்த ஒரு விமானப் படையினைச் சேர்ந்த விமானமோட்டிகளை எடுத்துக் கொண்டாலும் அவர்களில் 5 சதவிகிதத்தினருக்கே உளக்கோளாறுகள் உண்டாகின்றன. அமைதிக் காலங்களில் ஆயிரத்திற்கு ஐந்து பேருக்கே உளக் கோளாறுகள் வருதல் கூடும். மேலும் ஈடுபட்டுள்ள வேலையின் தன்மை, கடைப்பிடிக்கப்பட்ட தேர்வு முறைகள், மருத்துவ வசதிகள் ஆகியவற்றிற்கேற்ப இத்தொகை இன்னமும் குறைவானதாகவே இருக்கும். இரவில் வெடிகுண்டுகளை இடுகின்ற விமான ஓட்டிகளே பெருமளவு உளக் கோளாறுகளுக்காளாகின்றனர். ஆனால், இரவில் சண்டையிடும் விமானம் ஓட்டிகள் குறைந்த அளவே உளக் கோளாறுகட்கு ஆளாகின்றனர். அதேபோல் தாங்கள் பறக்கும் கால அளவில் பெரும்பாலான வேளைகளில் எதுவும் செய்யாது வெறுமனே (passive) இருக்க நேரிடும் விமான மோட்டிகளும் பெருமளவிற்கு உளக் கோளாறுகளுக்கு உள்ளாகின்றனர்.

இத்தகைய உளக்கோளாறுகளுக்கு உளவியற் காரணங்களே அடிப்படையானவையாக அமைகின்றன. புண்படுதல், நோய் வாய்ப்படல் போன்ற உடற் கோளாறுகள் காரணமாயமைவதில்லை. அச்சமே இத்தகைய உளவியற் காரணிகளுள் மிக முக்கியமானதாக இருக்கின்றது. போர் முறையில் ஏற்படக்கூடிய ஆபத்தான சூழ்நிலைகளுக்கேற்ப உளக்கோளாறுகள் அதிகரிக்கின்றன.

விமானப் படையினரது உளக் கோளாறுகளில் மூன்றில் இரண்டு பங்கிற்கும் மேலாக உளவழி நரம்பு நோய்களாக (Psychoneurous) இருக்கின்றன. கிலி எதிர்வினைகள் (anxiety reactions) உளவழி நரம்பு நோய்களில் மிகவும் சாதாரணமாகக் காணப்படும் அறிகுறிகளாக உள்ளன. 50 சதவிகிதத்திற்கும் மேலான உளக்கோளாற்றில் இவ்வறிகுறி காணப்படுகிறது. ஹிஸ்டீரியா, உளவழி நரம்புச் சோர்வு (Hysteria & Neurotic Depression) போன்றவை இதற்கடுத்தபடியாகக் காணப்படுகின்றன.

உளநோயால் பீடிக்கப்பட்ட விமானப் படையினரில் ஹிகிசோபெரனியாவே அதிகமாகக் காணப்படுகிறது. பாரத விமானப் படையில் உளநோய் வகைப்பட்டோரில் பத்தில் ஒரு பகுதியினர் பயனற்றவர்கள் என்று கருதி வேலையினின்று நீக்கப் பட்டுவிடுகின்றனர்.

உளக்கோளாறுகள் பரவியிருப்பதனைத் தவிர்த்தல்

இவ்வாறு உளக்கோளாறுகள் பரவியிருப்பதனைத் தவிர்க்க கங்குலி கீழ்க்காணும் வழி முறைகளைச் சிபாரிசு செய்கிறார்:

(1) படைக்குத் தேர்ந்தெடுக்கும் தொடக்க கால அளவிலேயே உளவழி நரம்பு நோய்க்கான முன்னமைப்பு, பறப்பதற்கான ஊக்கம் ஆகியவை குறித்து திட்டவட்டமான தரங்களைத் தீர்மானித்துக் கொள்ளல்.

(2) பறப்போர் தொழிற்கால முழுவதிலும் அடிக்கடி உள மருத்துவப் பரிசோதனைகள் செய்துகொள்ள வசதிகள் அளித்தல்.

(3) தொடக்க நிலையிலேயே போதிய அளவு குணப்படுத்தும் வசதிகள் அளித்தல்.

(4) படையமைப்பின் தலைமையினையும், குழுவின் ஒழுக்க நிலையையும் (morale) வலிவூட்டுதல். இவை உளக் கோளாறுகளி னின்று தப்பப் பாதுகாப்பளிக்கின்றன.

(5) இவையன்றி ஒருவர் உண்மையிலேயே உளநோய்வாய்ப் படுவதற்கு முன்பே அதிகப்படியான கிலியுணர்வு கொண்டோரிடம் பலவகையான முன் அறிகுறிகள் காணப்படுகின்றன. இவர் களிடம் வான் உயரத்தில் அதிக உச்சத்தினைத் தாங்க முடியாத நிலை (low altitude tolerence) வேகத்தினால் உடல்நிலை சரியின்மை (motion sickness) போன்றவை முதலிலேயே வெளிப்படையாகத் தோன்றுகின்றன. எனவே, படையினரது தலைமையலுவலகத் துடன் உளவியலரும், உளமருத்துவரும் நெருங்கிய தொடர்பு ஏற்படுத்திக் கொள்வதன்மூலம் உளக்கோளாறு ஏற்படுவதற்கு முன்பே முன் எச்சரிக்கைகளை மேற்கொள்ளல் இயலும்.

பெண் தொழிலாளர்களும் தொழில் மன நிறைவும்

எம். எஸ். கலாநிதி, சென்னைப் பல்கலைக் கழக உளவியல் கூடத்தில் நடத்திய ஆராய்ச்சி முக்கியமானது. இவ்வாராய்ச்சி பெண் தொழிலாளிகளைப் பற்றியது. அவர் கண்ட உண்மைகளாவன:

(1) தொழில் மன நிறைவில் நிறுவனத்திற்கு நிறுவனம் வேறுபாடு காணப்படுகிறது. ஒருசில நிறுவனங்களில் தொழிலாளர்களிடையே மன நிறைவு அதிகமாகவும், சிலவற்றில் குறைவாகவும் காணப்படுகின்றது.

(2) ஒரே நிறுவனத்திலேகூடத் தொழிலாளர்களது மன நிறைவு பலதரப்பட்டதாகக் காணப்படுகின்றது

(3) பெண் தொழிலாளர்தம் தொழில் மன நிறைவிற்குக் காப்புடைமையும், அதாவது தொழில் பாதுகாப்பாக நீடித்திருக்கும் என்ற உணர்வும், காப்பற்ற நிலையும், அதாவது தொழில் பாதியில் நின்றுவிடுமோ என்ற உணர்வும் பெருமளவு துணைசெய்கின்றன. இவ்வாய்வில் பங்குகொண்ட தொழிலாளர் அனைவரும் தொழில் இடம்பெறும் பல காரணிகளுள் தலையாயதாகக் காப்பு உணர்வு விளங்குவதாகக் கருதுவதனை முடிவுகள் எடுத்துக் காட்டுகின்றன.

(4) தொழிலாளர்கள் காப்புணர்ச்சிக்கு அடுத்தபடியாக வருவாயினையே வலியுறுத்துகின்றனர். இதனை மேலும் ஆராய்ந்தபொழுது அவர்கள் வருவாயினை 'வருவாய்' என்ற அளவில் கருதுவதனைவிட வாழ்விற்குப் பாது காப்பளிக்கும் ஒன்றாகவே கருதுகின்றனர் என்று தெரிய வந்தது. இதனால் தொழில் மன நிறைவிற்குக் காப் புணர்ச்சிக்கு அடுத்தபடியாக வருவாய் பெருமளவு வழி வகுக்கிறது என்று அறியலாம்.

(5) பிறரது உணர்ச்சிகளுக்கு மதிப்பளித்தல், கலந்து முடிவு செய்தல், சேர்ந்து வேலை செய்தல், நிரம்பக் குற்றங் குறை காணாதிருத்தல், அன்பு, நியாயமாக நடத்தல் ஆகிய பண்புகளைத் தொழிலாளர்கள் மேற்பார்வை யாளரிடமிருந்து (Supervisor) எதிர்பார்க்கின்றனர்.

(6) கல்வியறிவு பெற்ற தொழிலாளர்களைக் காட்டிலும் கல்வியறிவற்ற தொழிலாளர்கள் 'மேற்பார்வை'யினை மிக முக்கியமான ஒன்றாகக் கருதுகின்றனர்.

(7) தொழிலாளர்கள் முக்கியமானவை என்று கருதும் காரணிகள் முறையே வருமாறு :

1. காப்புணர்வு (security).
2. வருவாய் (income).
3. வேலையின் தன்மை (nature of work).
4. மேற்பார்வை (supervision).
5. வேலை நேரங்கள் (work hours).
6. வேலைச் சூழ்நிலை (working condition).
7. தொழிலாளர் நல நடவடிக்கைகளும் உதவிகளும். (welfare activities & benefits).

கலாநிதியின் ஆய்வில் வீட்டுப் பிரச்சினைகள் எவ்வாறு தொழில் மனநிறைவை பாதிக்கின்றன என்றும் ஆராயப் பட்டது. ஆய்வு முடிவுகள், பொதுவாகவே பெண் தொழிலாளர்கள் சொந்த உள முனைப்பினுல் (personal strain) துன்பப்படுகிருர்கள் என்று எடுத்துக் காட்டுகின்றன. இச்சொந்த மன விறைப்பு அவர்களது தொழில் மன நிறைவை நேரடியாக பாதிக்கின்றது. எனவே, அதிகமாகச் சொந்த உள முனைப்புக் கொண்டோர் மிகக் குறைந்த அளவே மனநிறைவு பெற்றிருக்கின்றனர் ; முனைப்புக் குறைவாக உள்ளவர்களது மன நிறைவு அதிகமாகக் காணப்படுகின்றது. மேலும் தொழிலாளர்கள் கொண்டுள்ள சமூக உறவுகளும் அவர்களது மன நிறைவுடன் நெருங்கிய தொடர்பு கொண்டுள்ளன. வீட்டில் மிதமான அல்லது மிக நெருங்கிய சமூக உறவுகள் கொண்டுள்ள பெண் தொழிலாளர்கள், வீட்டில் நெருக்கமற்ற தொழிலாளர்களைக் காட்டிலும் அதிக மன நிறைவு கொண்டவர்களாக விளங்குகின்றனர். இது மட்டுமன்றி பொருளாதார மன நிறைவும் தொழில் மன நிறைவிற்குப் பெருமளவு துணை செய்கின்றது. பொருளாதாரச் சூழ்நிலையில் நல்ல மன நிறைவு கொண்டோர், இத்தகைய மன நிறைவு குறைந்தோரைக் காட்டிலும் பெருமளவு அதிகமாக மன நிறைவு பெற்று இருக்கின்றனர். மேலும் தொழிலின்மேல் ஒருவர் கொண்டுள்ள நோக்கும் தொழில் மன நிறைவிற்குப் பெருமளவு வகை செய்கிறது. தொழிலின்மேல் நல்ல திடமான நோக்குக் கொண்ட தொழிலாளர்கள் மன நிறைவு மிகுந்தவர்களாகக் காணப் படுகின்றனர்.

மெய்ப்பாட்டுப் பொருத்தப்பாடு எவ்வகையில் தொழில் மன நிறைவிற்கு வழி கோலுகிறது என்றும் கலாநிதி ஆராய்ந் திருக்கிருர். இவ்வாய்வில் கிடைத்துள்ள பயன்மிக்க சில முடிவு களைப் பார்ப்போம்.

மெய்ப்பாட்டுப் பொருத்தப்பாடும் தொழில் மன நிறைவும் ஒன்றுடன் ஒன்று நேரடியான மிக நெருக்கமான தொடர்பு கொண்டிருக்கின்றன. மெய்ப்பாட்டுப் பொருத்தப்பாடு குன்றிய தொழிலாளர்களைவிடப் பொருத்தப்பாடு மிக்க தொழிலாளர்கள் நல்ல தொழில் மன நிறைவு பெற்றவர்களாகக் காணப்படு கின்றனர். அதேபோல் நல்ல பொருத்தப்பாடும் மன நிறைவும் கொண்ட தொழிலாளர்கள், தவருன பொருத்தப்பாடும், மன நிறைவின்மையும் கொண்டோரைக் காட்டிலும் மிக அதிகமாகப் பொருளாதார மன நிறைவும், சமூகப் பொருத்தப்பாடும், வேலைக்கான நோக்கும் கொண்டோராய்க் காணப்படுகின்றனர்; இவர்களது சொந்த மன நிறைவும் அதிகமாகவே இருக்கிறது. சொந்தக் காரணிகளும் தொழில் மன நிறைவிற்குப் பெரும் துணை செய்கின்றன. திருமணமான தொழிலாளர்கள், திருமணம் ஆகாத வர்களைக் காட்டிலும் குறைந்த அளவே மன நிறைவு கொண்டிருக் கின்றனர்; இவர்களது சொந்த மன விறைப்பும் அதிகமாகவே இருக்கிறது; இவர்களது பொருளாதார மன நிறைவும் குறை வாகவே காணப்படுகிறது. திருமணமான பெண்களிடையே குழந்தைகள் இல்லாத தொழிலாளர்கள், 1, 2, 3 அதற்கு மேற் பட்ட குழந்தைகள் கொண்டவர்களைக் காட்டிலும் அதிக மன நிறைவு கொண்டவர்களாக இருக்கின்றனர். வயதும் தொழில் மன நிறைவை பாதிக்கிறது. 25 ஆண்டுகளுக்கும் குறைந்த வயதுடைய தொழிலாளர்கள், இவ்வயதிற்கும் மேற்பட்ட தொழிலாளர்களை விட அனுபவம் குறைந்தவர்களாகவும், மன நிறைவு குறைந்தவர்களாகவும் காணப்படுகின்றனர். வயது மட்டுமன்றி கல்வியும் மன நிறைவை பாதிப்பதுண்டு. கல்வி பெற்ற தொழிலாளர்கள், கல்வியற்றோரைக் காட்டிலும் அதிக மன நிறைவு கொண்டுள்ளனர்.

22. வேலைச் சூழ்நிலையும் உளநலமும்

வேலைச் சூழ்நிலையில் திட்டமிட்டு மாறுதல்களை ஏற்படுத்து வதனால் உற்பத்தியினை அதிகரிப்பது மட்டுமன்றி வேலையினையே இன்பகரமானதாக மாற்றுவதும் இயலும் என்பதனை எல்டன் மேயோவின் (Eltonmeyo) காலத்திலிருந்து எண்ணற்ற ஆராய்ச்சி முடிவுகள் எடுத்துக்காட்டிவருகின்றன. உற்பத்தி தரமான தாக நீடிக்கும் வேளைகளில் நிறுவனம் தொழிலாளரிடம் குற்றம் காண இயலுவதில்லை; உண்மையில் இது நிறுவனத்தின் ஆக்கப் பணிகளுக்கு ஊக்கமளிப்பதாகவே அமைகிறது. மேலும் இதனால் நிறுவனத்தினர், தொழிலாளர் ஆகிய இருவரது பொருளாதார நிலையும் உயர வழி ஏற்படுகிறது. வேலை செய்வது துன்பமற்ற தாக, மகிழ்வூட்டக்கூடியதாக அமையும்போது தொழிலாளரும் வேலையில் அதிக ஈடுபாடு கொள்ளத் தலைப்படுகின்றனர். இவ் வளவில் தொழிலாளரிடையேயும், தொழிலாளர்–நிறுவனத் தினர் இடையேயும் நிலவும் உறவு முறைகள் வலுப்படுகின்றன. இதனால் நல்ல பொருத்தப்பாடு ஏற்படுகிறது. தொழிற்சாலை யில் உளநலம் நிலவுகிறது. சாதகமற்ற வேலைச் சூழ்நிலை தொழிலாளர்தம் நடவடிக்கைகளை பாதிக்கிறது; உற்பத்தியைக் குறைக்கிறது. இதனால் தொழிலாளர்கள் அடிக்கடி வேலைக்கு வராமல் இருந்துவிடுகின்றனர். இதனால் அலுவலகத்தின் திறமை குன்றுகிறது. பலர் வேலையினின்று விலகுகின்றனர். தொழிற் சாலையில் உளநலமின்மை ஏற்படுகிறது. உற்பத்தி உயர்வதற்கும் உற்சாகத்துடன் உழைப்பதற்கும் உரிய வகையில் வேலைச் சூழ் நிலை அமையுமாயின் அதனை உளநலப் பாங்கானதாகக் கொள்ள லாம்.

வேலைச் சூழ்நிலையில் திட்டமிட்டு மாறுதல்கள் செய்யும் போது தொழிலாளர் இத்தகைய மாற்றங்களில் எத்துணையளவு ஆர்வம் காட்டுகின்றனர் என்று முதலில் அறிந்துகொள்ள வேண்டியது அவசியம். ஏனெனில், தொழிலாளர்தம் நோக்கு களின் அடிப்படையிலேயே எத்தகைய மாறுதலும் பயனை

ஏற்படுத்தும். தொழிலாளரின் நலன் குறித்து மேற்கொள்ளப்படும் மாறுதல்களைப்பற்றி அவர்கள் ஐயுறுகையில் இத்தகைய மாறுதல்கள் தோல்வியுறுவது மட்டுமன்றி நேர்மாறுகத் தொழிலாளரின் வெறுப்பினைச் சம்பாதிப்பனவாக ஆகிவிடுவதும் கூடும்.

தொழிற்சாலையில் இசை

மேலை நாடுகளில் வேலை செய்யும்போது இசை கேட்பதனுல் தொழிலாளர்தம் களைப்புக் குறைவதாயும் ஓரளவு உற்பத்தியும் உயர்வதாயும் கண்டிருக்கின்றனர். குறிப்பாகத் திரும்பத் திரும்ப ஒரேமாதிரி செயல்பட வேண்டிய வேலைகளில் இத்தகைய இசை ஒலிபரப்புப் பெருமளவு பயன் விளைவிப்பதாக இருப்பதனைப் பல ஆராய்ச்சிகள் தெளிவாக எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. இத் துறையில் வில்லியர்டு கெர் (Williard A Kerr) என்பாரின் ஆய்வுகள் பெயர் பெற்றவை. மக்கீ, கார்ட்னர் (McGehee and Gardner) ஆகியோரின் ஆய்வுகளும் கெர்ரின் ஆய்வு முடிவுகளையே வலியுறுத்துகின்றன. நம் நாட்டில் இத்தகைய ஆய்வுகள் இன்னமும் பரவவில்லை.

ஓசை

ஓசை உற்பத்தித் திறனையும் மகிழ்ச்சியையும் பாதிக்கும் ஒன்ருக இருப்பதனை ஆய்வு முடிவுகள் எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. தொடர்ந்து ஒரேயளவில் ஏற்படும் ஓசை அவ்வளவாக பாதிப்பதில்லை; ஆனுல், அவ்வப்போது தோன்றி மறையும் ஒலிகளே வெகுவாக பாதிப்பனவாக இருக்கின்றன. ஒருசில வேலைகளில் ஓசை தவிர்க்க இயலாத ஒன்ருக இருப்பதுண்டு. இவ் வேலைகளில் வேலை செய்வோர் இத்தகைய ஓசைக்குப் பழக்கப்பட்டுவிடுவதுண்டு. ஓசையினுல் வேலைத் திறன் பாதிக்கப்படுவதில்லை. ஆனுல், ஓசை மிக்க சூழ்நிலையில் வேலை செய்வதற்கு அதிக சக்தி தேவைப்படுகிறது. இதனுல் விரைவில் களைப்பு ஏற்படுவது உண்டு. பொருத்தமற்ற ஓசைகளைக் கட்டுப்படுத்துவதன்மூலம் வேலைச் சூழ்நிலையின் முனைப்பினை ஓரளவு தளர்த்த முடியும்.

ஒளியமைப்பு

ஃபெர்ரி (Ferree), ராண்ட் (Rand) ஆகியோர் தொழிற்சாலையில் ஒளியமைப்பு எவ்வாறிருக்க வேண்டும் என்பதைப் பல ஆராய்ச்சிகளின்மூலம் கண்டறிந்துள்ளனர். பொதுவாக இயற்கையான பகல் வெளிச்சமே தொழிற் சூழ்நிலைக்கு ஏற்றதாக அமைகிறது. இதற்கு அடுத்தபடியாக இயற்கை வெளிச்சத்தை ஒத்த நிறமும் பொலிவும் கொண்ட செயற்கை

ஒளி ஏற்பாடுகள் சிறந்தவையாகக் கொள்ளத்தக்கன. மஞ்சள் நிற ஒளியே வேலை செய்வதற்கு இதமானதாக அமைகிறது. வேலைச் சூழ்நிலையில் வெளிச்சம் மிகுதியாக இருப்பதனால் கண் எரிச்சல், களைப்பு ஆகியவை ஏற்பட இடம் ஏற்படுகிறது. ஒளி நேரடியாகப் பார்வைக் களத்தில் வீசாமல் மறைப்புகளின் பின்னிருந்து வருவதால் கண் அவ்வளவாக பாதிக்கப்படுவதில்லை. பொதுவாக வேலை செய்யும் இடம் முழுவதும் ஒரே யளவு ஒளியளவு பரவியிருப்பதே சிறப்பு.

காற்றோட்டம்

தொழிற் கூடங்களில் காற்றோட்ட வசதி நன்கு அமைவதால் வேலையின் பளு பெருமளவு குறைவதுபோல் காணப்படும். குறிப்பாக அனல் ஆலைகளில் வேலை செய்வோர் காற்று வசதி யற்ற வேளைகளில் நீடித்து வேலை செய்வது இயலாது. காற்று வசதி குன்றிய வேளைகளில் தலைவலி, களைப்பு ஆகியவை அதிக அளவு ஏற்பட்டு முனைப்பை மிகுதியாக்கிவிடும். தொழிற்சாலை யின் உள்ளே தூசு படிந்து நிறைந்திருக்கும் காற்றினை வெளியே அகற்றி வெளியிலிருந்து தூய காற்றினை உட் செலுத்துவதற்கான விசிறிகள் பல அமைக்கப்பட்ட தொழிற்கூடங்களில் வேலை செய்வோர் வேலையின் சிரமத்தினை அவ்வளவாக உணருவதில்லை.

வண்ணங்கள்

தொழிற்கூடத்தில் பல்வேறு நிறங்களைப் பயன்படுத்துவதனால் கவர்ச்சி மிகும் என்பதில் ஐயமில்லை. இதனால் வேலைச் சூழ்நிலை ஓர் இதமான உணர்வினை ஊட்டும். இவ்வாறு நிறங்களைப் பயன் படுத்துவதால் உற்பத்தி மிகுமா என்று இன்னமும் ஆய்வுகள் நடந்தவண்ணமுள்ளன. இது குறித்துத் திட்டவட்டமான முடிவுகள் இன்னமும் நமக்குக் கிடைக்கவில்லை.

வேலைச் சூழலும் களைப்பும்

தொழில் செய்வதற்கு வசதியும் உற்சாகந் தரும் சூழ் நிலையும் அவசியம். நீண்ட வேலை நேரங்களில் அவ்வப்போது ஓய்வளித்தல், பொதுவாக வேலை நேரத்தைக் குறைத்தல் போன்றவை பெருமளவு தொழிலாளர் மன நிலையை பாதிக்கும் காரணிகளை வேலைச் சூழ்நிலையினின்று அகற்றுகின்றன. குறிப் பாகக் களைப்பு ஒருவரது உளநலத்தையே பாதிக்கக் கூடியதாக இருக்கிறது. களைப்பினால் உற்பத்தி குறைகிறது. கில் பிரத் களைப்பின் காரணமாக ஒவ்வொரு தொழிலாளியும் தன் நாள் வருமானத்தில் 20 செண்ட் குறைவாகப் பெறுவதனைச் சுட்டிக்

காட்டியுள்ளார். நியூமன் (Newman, B. J.) களைப்பினால் ஓர் ஆண்டில் அமெரிக்க நாட்டிற்கு 2,500,000,000 டாலர்கள் இழப்பு ஏற்படுகிறது என்று குறிப்பிடுகிறார். இதுவன்றி களைப்பினால் பல விபத்துகள் ஏற்படுகின்றன. இவ்விபத்தினைத் தொடர்ந்து பல எண்ணற்ற பிரச்சினைகள் ஏற்படுகின்றன. இவ்வாறு பல எண்ணற்ற பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகளைத் தோற்றுவிப்பதாகக் களைப்புக் காணப்படுகிறது.

களைப்பு என்றால் என்ன?

களைப்பு எப்படி ஏற்படுகிறது என இன்றுவரை திட்டமாகக் கூற இயலவில்லை. ஆனால், இயைபுக் கொள்கை (Chemical Theory), நரம்புக் கொள்கை (Neural Theory) என்ற இரு கொள்கைகள் களைப்பு எவ்வாறு உண்டாகிறது என்று விளக்குகின்றன. உடம்பின் தசைகள் இயங்குவதன் காரணமாக அவை ஒருவிதமான நச்சுப் பொருளை வெளிப்படுத்துகின்றன. இந்த நச்சுப் பொருள், சர்க்கரையாக மாறக்கூடிய பசைப் பொருளாக மாறுகிறது. இவ்வாறு மாறும்போது லாக்டிக் (lactic) எனும் புளிப்புப் பொருளையும் கரியமில வாயுவையும் (carbon dioxide) கழிக்கிறது. உடலுக்கு வேண்டிய அளவுக்குப் பிராணவாயு கிடைத்தால் லாக்டிக் ஆசிட் சர்க்கரையாக மாறுகிறது. ஆனால், தொடர்ந்து தசைகள் இயங்கினால் கழிவுப் பொருள்களின் அளவு அதிகமாகின்றது. இதனடிப்படையிலேயே களைப்பு ஏற்படுகிறது. இவ்வாறு செயல்படும் தசைகளுக்கே களைப்பு ஏற்படும். ஆனால், உடலில் உற்பத்தி செய்யப்பட்ட கழிவுப் பொருள்கள் இரத்தத்தில் கலந்து உடலின் எல்லாப் பகுதிகளுக்கும் எடுத்துச் செல்லப்படுவதால் உடல் முழுவதும் களைப்பு வயப்படுகிறது. இதனையே இயைபுக் கொள்கை வலியுறுத்துகிறது.

தசைகளின் இயக்கத்தின் காரணமாக கிளைகோஜன் எனும் சத்தின் அளவு குறைவதனால் களைப்பு ஏற்படுகிறது என வேறு சில அறிஞர்கள் கருதுகின்றனர். மேலும் சிலர் நரம்புகளில் வலிவு குறைவதனால் களைப்பு ஏற்படுகிறது எனக் கூறுகின்றனர். அதாவது இயக்கு நரம்புச் சந்தியில் கலக்கம் ஏற்படுவதன் காரணமாகவே களைப்பு ஏற்படுகிறது என்பது இவர்கள் கூற்று. களைப்பைப்பற்றிய திட்டவட்டமான விதியினை இன்னமும் எவராலும் கூற முடியவில்லை. எனினும், களைப்பு அனைவருக்கும் ஏற்படும் ஒன்று என்பதனை எவரும் மறுப்பதற்கில்லை.

களைப்புக்கான காரணங்கள்

களைப்புப் பல காரணங்களின் அடிப்படையில் ஏற்படுகிறது. தொழிலாற்றும்போது வேண்டிய அளவிற்குத் தன் உறுப்புகளைப்

பயன்படுத்தாமல் வீணாக உபயோகிப்பது களைப்பிற்கு வழி கோலும் காரணங்களுள் ஒன்றாகும். புதிதாக சைக்கிள் கற்போரிடம் இதனை எளிதில் நாம் காணலாம். முதலில் கைகள், உடம்பு, கால்கள் ஆகியவை விறைப்பாக இருக்கின்றன. எளிய முறையில் சமன் நிலையைப் பாதுகாக்கக் கற்கும்முன் பல எண்ணற்ற நெளிவுகளும் அசைவுகளும் தேவைப்படுகின்றன. இதனால் விரைவில் களைப்பேற்படுவது திண்ணம். ஒவ்வொரு வேலையிலும் மிகக் குறைந்த அளவிற்கு, மிகக் குறைந்த சக்தியைப் பயன் படுத்தி செய்யக்கூடிய செயல்களிலேயே தொழிலாளி கவனம் செலுத்த வேண்டும். இதனால் களைப்புக் குறையும்.

மெய்ப்பாடும் களைப்பும்

மெய்ப்பாட்டிற்கும் களைப்பிற்கும் நெருங்கிய தொடர்பு உண்டு. உற்சாகமாக அலுவலகத்தில் செயலாற்றும் ஒருவனும் திறமையுடன் பொருள்களை விற்பனை செய்யும் ஒருவனும் தொடர்ந்து கிளர்ச்சிவயப்படுகின்றனர். ஆனால், அவர்களது உற்சாகமும் திறமையும் விரைவாகக் குறைந்து களைப்படைவது இயற்கையே. கவலை, முன் கோபம் போன்ற மெய்ப்பாடுகளுக் குள்ளாகுபவர்கள் மிக விரைவில் களைப்படைந்துவிடுகின்றனர். மெய்ப்பாடு வயப்படும்போது ஒருவரது சக்திகள் விரயமாகின்றன. இவ்வாறு மெய்ப்பாடு வயப்பட்டோர் காரணமில்லாமல் அங்கும் இங்கும் உலவிய வண்ணம் இருப்பர். இவர்களது தசைகள் வேலை செய்யும்போது எவ்வாறு விறைப்பாக இருக்குமோ அவ்வளவிற்கு விறைப்பாக இருக்கின்றன. மெய்ப்பாடு வயப்பட்டோர் படுத் திருக்கும்போதும், உட்கார்ந்திருக்கும்போதுங்கூட இந் நிலையே நீடிக்கும். இதனாலேயே அவர்களது உடற் சக்தி பெருமளவு செலவாகிறது; வீணாகிறது; களைப்பு விரைந்து ஏற்படுகிறது.

உளக் கோளாறுகள், மற்றும் உள நோய்களுக்கும் அடிப் படையாக அமைவது பிறழ்வான மெய்ப்பாட்டு நிலையாகும். இதனால்தான் இவைகளுக்காளானவர்கள் பெருங் களைப்பிற்கு உள்ளாகின்றனர். இவர்களிடம் அதிகமாக நீடித்துக் களைப்பு ஏற்படுகிறது.

தொடர்ந்து செயலாற்றலும் களைப்பும்

தொடர்ந்து பல மணி நேரங்களுக்குச் செயல்படுவதனால் களைப்பு விரைவில் ஏற்படுகிறது. இதனை எண்ணற்ற பரிசோதனை கள் எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. இவற்றுள் முக்கியமானவை மோஸ்ஸோவின் (Mosso) சோதனைகள் ஆகும். மோஸ்ஸோவின் சோதனையில் ஒருவரது மணிக்கட்டினை ஓர் தாங்கியில் வைத்துக்

கட்டிவிடுவர். இதனால் அவர் தன் கையினை அசைத்தல் முடியாது. பின் அவர் தனது விரலில் இணைக்கப்பட்ட வளையத்தினைத் தன்னை நோக்கி இழுக்குமாறு கூறப்படுவார். இவ்வாறு இழுப்பதனால் வளையத்தில் பிணைக்கப்பட்டுள்ள பளுவினை அவர் இழுக்கவேண்டி நேரிடும். இவ்வாறு பளுவினை இழுக்க ஏற்ற சக்தி செலவழிகிறது. இச்சோதனை அமைப்பினால் பளுவினை இழுக்கும் விரலின் தசைகள் மட்டுமே களைப்படைகின்றன. இவ்வாறு ஒருவர் தொடர்ந்து பல முறை அப் பளுவைத் தன்னை நோக்கி இழுக்க வேண்டும். இவ்வாறு இழுக்கும் ஒவ்வொரு முறையும் விரல் தசைகளில் களைப்பு ஏற்பட்டு அதிகரித்தபடி இருக்கும். இதனால் பளு முன்னேக்கி நகரும் தொலைவும் குறைந்தபடி இருக்கும். இறுதியில் விரல் முழுவதும் களைப்படைந்துவிட பளு சிறிதளவும் நகர்த்தப்படாமல் நின்றுவிடும். இனி மேலும் குறிப்பிட்ட தசைகள் வேலை செய்ய முடியாத அளவிற்குக் களைப்பு ஏற்பட்டுவிட்டது என்பதனையே இது குறிக்கிறது. மேலும் இத்தகைய களைப்பிற்கு ஏற்ப 'ஓய்வு' காலமும் தேவைப்படும். முழுக் களைப்பினின்று விடுபடத் தேவைப்படும் ஓய்வுக் காலம் சாதாரணக் களைப்பினின்று விடுபடத் தேவைப்படும் காலத்தைவிட அதிகமாக இருப்பது இயல்பே.

இதுபோன்ற எண்ணற்ற பரிசோதனை உண்மைகளை அடிப்படையாகக் கொண்டே மேலை நாடுகளில் தொழிற்சாலை நடைமுறைகள் தீர்மானிக்கப்படுகின்றன. வாரத்திற்கு 6 நாள்கள் வேலை செய்வதனைக் காட்டிலும் வாரத்தில் 5 நாள்கள் செய்வது குறைவாகக் களைப்பேற்படுத்துவதுடன் உற்பத்தியும் இதனடிப்படையில் பெருக வழி செய்கிறது என அவர்கள் கண்டுள்ளனர். அதேபோல் தொடர்ந்து பல மணி நேரங்களுக்கு வேலை செய்வதைக் காட்டிலும் அவ்வப்போது ஓய்வு இடைவெளிகளுடன் வேலை செய்வது எளிதானதாக, களைப்புக் குறைந்ததாக இருப்பதனையும் மேல்நாட்டுத் தொழிலதிபர்கள் உணர்ந்து பயன் பெற்றுவருகின்றனர்.

இவ்வகையில் ஆங்கிலத் தொழிலாளர்கள் வாய்ப்பு மிக்கவர்களாக உள்ளனர். அவர்கள் அன்றாட வேலையினை அமைதியாகச் செய்கின்றனர். அவ்வப்போது காபி அருந்தவும், டீ குடிக்கவும், உணவு கொள்ளவும், பொழுதுபோக்கு ஆட்டங்களில் ஈடுபடவும் இவர்களுக்குத் தொழிற்சாலையில் வசதிகள் செய்து தரப்படுகின்றன. அவ்வப்போது தங்கள் களைப்பினின்று மீண்டு புத்துணர்ச்சியுடன் தொழிற்களத்திற்குத் திரும்பும் இவர்கள் திறமையுடனும் விரைவுடனும் வேலை செய்வதில் வியப்பில்லை. இதனால் உழைப்பின் காரணமாக இவர்களது உடல்நலம்

பாதிக்கப் பெறுவதில்லை; உற்பத்திப் பொருள்களின் தரமும் எண்ணிக்கையும் குறைவதில்லை.

கவனத் தடையும் சலிப்புச் சூழ்நிலையும்

ஒரு செயலில் ஈடுபட்டுள்ளபோது ஏற்படும் கவனத் தடையினால் களைப்பு உண்டாவதுண்டு. கவனத் தடைக்குத் தொழிற்சாலைச் சூழ்நிலை முக்கியக் காரணமாக அமைகிறது. பொருத்தமற்ற ஓசைகள், குறைந்த வெளிச்சம் அல்லது கண்ணைக் கூசும் வெளிச்சம், காற்றோட்டமற்ற சூழல் போன்ற சூழ்நிலைகள் கவனத் தடையை ஏற்படுத்தித் தொழிலாளர்களைக் களைப்பில் ஆழ்த்துகின்றன. மேலும், சலிப்பைத் தரும் சூழ்நிலையும் தொழிலாளரின் அக்கறையைக் குறைத்து கவனத் தடைக்கு வழிகோலுகிறது. இதனடிப்படையில் உண்மையிலேயே தானாகக் களைப்பேற்படுத்தாத வேலைகளில் ஈடுபடும்போதும் தொழிலாளிக்கு அதிகக் களைப்பு ஏற்படுவதுண்டு.

களைப்பும் ஆளுமையும்

ஒரே வேலையில் இருவர் ஈடுபடும்போதுங்கூட ஒருவர் விரைவில் களைப்படைவதும், இன்னொருவர் அவ்வளவாகக் களைப்படையாமல் இருப்பதும் இயல்பே. இதற்கு அடிப்படையாக இருப்பது ஆளுமையாகும். இவ்வாறு களைப்படைவதற்கு ஒருவரது நரம்பு மண்டலத்தின் செயல்நிலை பெருமளவு காரணமாக இருக்கிறது. மேலை நாடுகளில் ஐசன்க்கும் ஏனையோரும் இது பற்றி எண்ணற்ற சோதனைகள் செய்துள்ளனர். இவ்வாய்வுகளின்மூலம் புறமுக ஆளுமையினர் அகமுக ஆளுமையினரைக் காட்டிலும் அதிகமாகவும் விரைவிலும் களைப்படைகின்றனர் என்று தெரியவருகிறது. இவ் உண்மை நம் நாட்டுத் தொழிலாளர்களுக்கும் பொருந்துமா என்பதுபற்றி சென்னைப் பல்கலைக் கழக உளவியற்றுறையில் ஆராய்ந்து வருகின்றனர்.

தொழிற்கூட விபத்துகள்

களைப்பினால் ஏற்படும் கேடுகளில் முக்கியம் வாய்ந்த ஒன்றாக விபத்துகள் காணப்படுகின்றன. பொதுவாக, தொடக்க நேரங்களில் ஏற்படும் விபத்துகளினைவிட வேலை முடிவதற்கு முன் மணிகளில் ஏற்படும் விபத்துகள் அதிகமாகக் காணப்படுவதனை ஆய்வுகள் பல ஒருமுகமாக எடுத்துக் கூறுகின்றன. இதனால் விபத்துகளுக்குக் களைப்பு முக்கியக் காரணமாக இருப்பதனை நாம் உணருகிறோம். விபத்துகள் தொழிலாளர்களுக்கும் நிறுவனத்தினருக்கும் பேரிழப்பாக இருக்கின்றன. விபத்துகளின் காரணமாகத் தொழிலாளியின்

பல உறுப்புகள் தற்காலிகமாகவோ, நிரந்தரமாகவோ பழுதடைகின்றன. இவைகளும் பல பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகளைத் தோற்றுவிக்கின்றன. கடும் விபத்துகள் தொழிலாளியின் உயிரையே பலியாகக் கொண்டுவிடுவதும் சாதாரண நிகழ்ச்சியே. இத்தகைய விபத்துகள் நிறுவனத்தினருக்கும் பலவிதங்களில் இழப்பினை ஏற்படுத்துகின்றன. விபத்தில் சிக்குண்ட தொழிலாளிக்கு ஊதியத்துடன் விடுமுறை அளிக்கவேண்டிய கடமையும் கட்டாயமும் ஏற்படுகிறது. இதனால் ஏற்படும் பொருளிழப்பு நிருவாகத்தினருக்கு அறைகூவலாக அமைகிறது. இதுவன்றி கடும் விபத்துகளில் உயிரிழக்கும் தொழிலாளருக்கு ஈட்டுத் தொகையாகப் பெரும் தொகையினை நிருவாகம் அளிக்க வேண்டியிருக்கிறது. இதனாலும் பொருளிழப்பு ஏற்படுகிறது. இதுவன்றி விபத்து ஏற்பட்ட வேளைகளில் ஏனைய தொழிலாளர்களும் தத்தம் வேலைகளை நிறுத்திவிட்டு விபத்தில் சிக்கியவருக்கு உதவ விரைவதுண்டு. இதனால் கால விரயமும் திறமைக் குறைவும் ஏற்படுகிறது. இவ்வாறு பல வழிகளிலும் விபத்துகள் தொழிலாளரையும் நிருவாகத்தையும் பெருமளவு பாதிக்கின்றன.

விபத்துகள் பல காரணங்களின் அடிப்படையில் ஏற்படுகின்றன. தொழிற்கூடச் சூழ்நிலையும் இவ்வகையில் காரணமாக இருப்பதுண்டு. அளவிற்கு மீறிய வெளிச்சம், ஓசை போன்றவை கவனத் தடையை ஏற்படுத்தி விபத்தினை விளைவிக்கலாம். இதுவன்றி இயந்திரங்களில் காப்புக் கருவிகள் சரிவரப் பயன்படுத்தப் படாமலிருப்பதும் விபத்துகளுக்கு வழிகோலலாம். இவ் உண்மைகளைப் பின்பற்றி தொழிற்சாலை நடைமுறைகளை வழிப்படுத்துவதன்மூலம் பெரும்பாலான விபத்துகளை நேராமலே தவிர்த்து விட முடியும்.

காரோட்டிகளின் விபத்துப் போக்கு

விபத்துகள்பற்றிய அண்மைய ஆய்வுகள் பௌதிகச் சூழ்நிலையினைக் காட்டிலும் ஒருசில ஆளுமைப் பண்புகளே விபத்துகளுக்கான அடிப்படைக் காரணங்களாக இருப்பதனை வலியுறுத்துகின்றன. இதுபற்றிய ஆய்வுகளில் பல காரோட்டிகளைக் கொண்டு நடைபெற்றுள்ளன. இக்காரோட்டிகளைக் கொண்டு காணப்படும் உளவியல் விதிகள் தொழிலாளர் அனைவருக்குமே பொதுப்படையானவையாக உள்ளன.

விபத்தில் பங்கு பெற்ற காரோட்டியைப் பொதுவாகச் சந்தர்ப்ப சூழ்நிலைகளின் காரணமாகத் தவிர்க்க இயலாத நிலையில் விபத்தில் தொடர்பு கொண்ட ஒருவராகக் கருதுகிறோம்.

ஆனால், இது உண்மையன்று என்று மேலை நாடுகளில் நடை பெற்றுள்ள எண்ணற்ற ஆய்வு முடிவுகள் எடுத்துக் காட்டி யுள்ளன. வசதியற்ற சாலைகள், மங்கலான ஒளி வசதி, மோச மான தட்ப வெப்ப நிலை, பொறியியற் கோளாறு போன்ற வற்றின் காரணமாகப் பல விபத்துகள் ஏற்படுகின்றன என்பதனை மறுப்பதற்கில்லை. ஆனால், அண்மைய ஆராய்ச்சிகள் உளவியல் தன்மையான மனிதனது தவறுகள் காரணமாக ஏற்படும் விபத்துகள் மிக அதிக அளவிற்கு ஏற்படுகின்றன என்று எடுத்துக் காட்டுகின்றன. அடிக்கடி விபத்துகளுக்குள்ளாகுபவர்களை 'விபத்துப் போக்கு' என்ற தொடரிட்டுக் குறிப்பிடும் வழக்கம் இன்று அதிகரித்துவருகிறது. அதாவது, குறிப்பாக ஒருசிலர் ஏனையோரைவிட அதிக அளவிற்கு விபத்துகளை 'உண்டாக்கும் போக்குக் கொண்டவர்களாக இருக்கின்றனர் என்பதையே இவ் 'விபத்துப் போக்கு' என்ற தொடர் சுட்டுகிறது.

ஆப்பிரிக்க ஆய்வுகள்

உலகத்திலேயே பெருமளவு விபத்துகள் தென் ஆப்பிரிக்க நகரங்களான ஜொஹான்னெஸ்பர்க், பிரிடோரியா ஆகிய நகரங்களிலேயே நடைபெறுகின்றன. இந் நகரங்களில் இப் பிரச்சினை குறித்து ஷாவும் (Shaw) ஸ்ச்செல்லும் காரோட்டிகளைக் கொண்டு பத்து ஆண்டுகளுக்குத் தொடர்ந்து ஆராய்ச்சி செய் தனர். இப் பத்துஆண்டுகளில் 30,452 விபத்துகள் பதிவாகி யிருக்கின்றன. இவ் ஆய்வாளர்கள் இவ் விபத்துகளில் தொடர்பு கொண்ட 898 பஸ் டிரைவர்களின் பதிவேடுகளையும் அலசி ஆராய்ந்தனர். இவ் வாய்வு முடிவுகள் இப் பஸ் டிரைவர்களில் 90 சதவிகிதத்தினர் 'திட்டவட்டமான விபத்து வகையமைப்புகள் கொண்டிருப்பதனையும், இத்தகைய வகையமைப்புகளின் அடிப் படையில் இனி வருங்காலத்திற்கான இவர்களது விபத்துகளையும் முன்பாகவே கணித்துக் கூறுமளவிற்கு இவர்களிடையே விபத்துப் போக்குக் காணப்படுகிறது என்றும் தெளிவாக எடுத்துக் காட்டின. இவ்வாய்வு முடிவுகளின் அடிப்படையில் நல்ல விபத்துப் பதிவு ஏடு பெறத் தவறிய டிரைவர்கள் அனைவரும் வேலையினின்று நீக்கப்பட்டனர்; அவர்களது இடத்திற்கு நல்ல தனிப்பட்ட உளவியல் தேர்வு முறைகள் வழியாகத் தேர்ந் தெடுக்கப்பட்ட டிரைவர்கள் அமர்த்தப்பட்டனர். இதன் விளைவோ அற்புதமாக அமைந்தது; ஜோஹான்னெஸ்பர்க் பகுதி யில்மட்டும் 1951-1958 ஆண்டுகளில் 38 சதவிகிதத்திற்கு விபத்துகள் குறைந்துவிட்டன என்று புள்ளிவிவரங்கள் எடுத்துக் கூறுகின்றன.

விபத்துப் போக்கிற்கான காரணங்கள்

விபத்துப் போக்கிற்கு அடிப்படையான காரணங்கள் சிலவற்றைக் கீழே தருவோம்.

(1) டிரைவர்களிடையே குறைவான நுண்ணறிவுக்கும் (IQ 80-க்கும் கீழ்) விபத்துப் போக்கிற்கும் மிக நெருங்கிய தொடர்பு காணப்படுகிறது. குறிப்பாக இடம், காலம், தூரம் ஆகியவற்றைக் கணிப்பதற்கு அடிப்படையான வெற்று நிலை நுண்ணறிவு குறைந்திருப்பவர்களிடம் அதிகமாக இவ் விபத்துப் போக்குக் காணப்படுகிறது. அதேபோல் சிக்கலான சூழல்களுக்கு மெதுவாக ஏற்படும் எதிர்வினையும் விபத்துப் போக்கிற்கு வழி கோலுவதாயமைகிறது.

'அக்கறை' விபத்துப் போக்குடன் தொடர்பு கொண்டதாக அமைகிறது. பொறியியல் தன்மையான அக்கறை கொண்டோர் பிறரைவிடக் குறைந்த அளவு விபத்துகளுக்கே உள்ளாகின்றனர்.

விபத்திற்கு அடிப்படையான உளவியற் காரணங்களில் முக்கியமான ஒன்று விபத்திற்குள்ளாகும் தனியவனது ஆளுமை யாகும். சமூகத்தின் சாதாரண சட்டங்களைத் தகர்க்கும் தனியவனே போக்குவரத்து நியதிகளையும் தகர்க்கிறான் என்பது தெளிவு. கனடாவைச் சேர்ந்த டில்மனும் (Tilman) ஹாப்பும் (Hobb) திரும்பத் திரும்ப விபத்துகளுக்குள்ளாகுபவர்களையும், விபத்துகளுக்குள்ளாகாதவர்களையும் ஒப்பிட்டனர். முதல் வகையினரில் 34 சதவிகிதத்தினர் பல முறை நீதிமன்றங்களுக்குச் சென்றிருப்பதனையும், பின்னவர்களில் ஒரு சதவிகிதத்தினர் மட்டுமே இவ்வாறு பல முறை நீதிமன்றங்களுக்குச் சென்றுள்ளதனையும் இவ் ஆராய்ச்சியாளர்கள் எடுத்துக் காட்டுகின்றனர். இதேபோன்ற முடிவுகள் பிரிட்டனைச் சேர்ந்த வில்லட்டின் (Wellett) ஆய்வுகளிலும் கிடைத்துள்ளன.

லண்டனைச் சார்ந்த ஐசன்க் இப் பிரச்சினை குறித்து ஆராய்ந்திருக்கிறார். விபத்திற்குள்ளாகும் டிரைவர்கள் மிகவும் புறமுகத்தன்மையினராக இருப்பதாகவும், மன எழுச்சிக் கோளாறு கொண்டிருப்பதாகவும் ஐசன்க் கண்டிருக்கிறார். இத்தகைய டிரைவர்கள் பொறுப்பின்மை, ஆக்கிரமிப்புத் தன்மை, அதிகாரத்திற்கு உட்படாதிருத்தல், மன எழுச்சி மிகுந்திருத்தல், கவனம் அடிக்கடி கலைதல், துடிப்பு மிகுந்திருத்தல், எச்சரிக்கையின்மை, அப்போதைக்கப்போதைய மன நிலையினால் பெரிதும் பாதிக்கப்படுதல் போன்ற தன்மைகள் கொண்டிருப்பதனை ஐசன்க்கின் ஆராய்ச்சிகள் எடுத்துக் காட்டுகின்றன. அண்மை

யில் (1965-ல்) வாஷிங்டன் மருத்துவமனையில் 6 மாத காலங்களில் அனுமதிக்கப்பட்ட 50 டிரைவர்களை ஆராய்ந்த பிரெஸ்டனும் ஸ்டான்லியும் (Preston and Stanley) ஐசன்க்கின் ஆய்வு முடிவுகளையே அடைந்துள்ளனர்.

நம் நாட்டில் மைசூர் பல்கலைக் கழகத்தில் ஸ்ரீ குமார் மேனன் விபத்துகள்பற்றி ஆராய்ந்துள்ளார்.

தொழிலாளர் பொருத்தப்பாடு

ஒவ்வொரு தொழிலாளியும் குறிப்பிட்ட முறையில் நடந்து கொள்ள வேண்டியிருக்கிறது ; குறிப்பிட்ட நேரத்திற்கு வர வேண்டியிருக்கிறது ; குறிப்பிட்ட உடை உடுக்க வேண்டியிருக்கிறது. குறிப்பிட்ட வகையில் பிறருடன் பழக வேண்டியிருக்கிறது. அதிகாரத்தினை ஏற்று நடக்க வேண்டியிருக்கிறது. இத்தகைய வேலையின் தேவைகளுக்கேற்ப தொழிலாளி தகுந்த பொருத்தப்பாடு கொண்டிருத்தல் அவசியம். அதே வேளையில் வேலைச் சூழல், தொழிலாளி பொருளாதாரப் பாதுகாப்பு, வேலை அந்தஸ்து ஆகியவை போன்ற பல தேவைகளையும் நிறைவு செய்துகொள்வதற்கான வாய்ப்பினையும் அளிப்பதனையும் காண்கிறோம். தகுந்த பொருத்தப்பாடுகள் அற்ற வேளைகளில் வராதிருத்தல், ஒழுக்க நிலை குறைவு, உற்பத்திக் குறைவு, விபத்துகள், பணியாதிருத்தல் போன்ற பலவும் அதிகரிப்பதனைக் காணலாம். தொழிலாளியின் தன்னிடமேயுள்ள காரணிகளும், வீட்டிலுள்ள காரணிகளும் பொருத்தப்பாட்டுத் தொல்லைகளுக்கு வழிகோலுவனவாக அமையலாம்.

தொழிற்சாலை விபத்துகள், இன்ன பிறவற்றால் ஏற்படுவதைக் காட்டிலும், தொழிலாளி தன் ஃபோர்மேன், உடன் வேலை செய்வோர், தான் வேலை செய்யும் இயந்திரம் ஆகியவற்றைப்பற்றிக் கொண்டுள்ள உளநலமற்ற மன எழுச்சி நோக்குகளே பெரும் இழப்பினை ஏற்படுத்துகின்றன என்று பர்லிகேம் (Burligam) எனும் அறிஞர் கூறுகின்றார். சவுத்வேர்டு (Southward) என்னும் அறிஞரோ நாலாயிரம் தொழிலாளிகளில் 62 சதவிகிதத்தினர் தொழில் திறமை பற்றுதிருப்பதற்காக வெளியேற்றப்படுவதைக் காட்டிலும் சமூகப் பழக்கவழக்கங்களில் திறமையற்றிருப்பதாகவே வெளியே அனுப்பப்படுகின்றனர் என்று குறிப்பிடுகின்றார். தவறான நோக்கு, ஒழுக்கமற்ற நிலை, கோளாற்றுத் தன்மை, வராதிருத்தல் போன்ற பிரச்சினைகள் விற்பனையாளர்களிடையேயும் பெருமளவு காணப்படுவதாக ஆண்டர்சனின் (Dr. Anderson) மூலம் நாம் அறிகிறோம்.

ஒருவரது பொருத்தப்பாடு மட்டுமன்றி சிறப்பான திறன் வேண்டப்படும் வேலைகளில் திறனற்றிருத்தல், தவறான வேலைச் சூழல்கள் ஆகியவையும் வேலையினைப் பெரிதும் பாதிக்கக்கூடியன வாக அமைதல் உண்டு. எல்டன் மேயோவின் (Elton Mayo) ஹௌதார்ன் ஆராய்ச்சி, தொழிலாளர்கள் அடிக்கடி தங்கள் வேலையின் பளு (excessive demands on job) அதிகரித்துவிட்டது என்று எண்ணி ஐயுறுவதனை எடுத்துக் காட்டியிருக்கிறது. உற்பத்திப் பெருக்கத்திற்கும் உயர் ஒழுக்கத்திற்கும் இன்றியமை யாது தேவைப்படுவது ஒருவர் கொண்டுள்ள பொருத்தப்பாடு ஆகும். ஒழுக்கம் என்பதே பல தொழிலாளிகள் ஒன்று கூடி மேற்கொள்ளும் சமூகச் சமன நிலையாகும். தொழிற்சாலைக் குழுவில் ஓர் முக்கிய உறுப்பினனாகத் தொழிலாளி விளங்குகிறான். உடல் நிலையிலோ, சமூக நிலையிலோ ஒரு தொழிலாளிக்கு இடை யூறு நேரும் நிலையில் அவனிடம் உள அழுத்தம் மிகுகிறது; எனவே, இதனைத் தணிப்பதற்கு ஏற்றவகையில் பொருத்தப்பாடு கொள்ள அவன் முயல வேண்டிய அவசியம் எழுகிறது. தொழிலாளியின் கடமைகள், தான் கொண்டுள்ள தேவைகள், அவன் எவ்வாறு நடந்துகொள்ள வேண்டுமென நிறுவனம் கருதுவது ஆகிய பல காரணங்களின் அடிப்படையிலும் தொழி லாளியிடம் தொடர்ந்து பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகள் தோன்றியவண்ணம் இருக்கின்றன. இப் பிரச்சினைகளை வெற்றி கரமாகச் சமாளிக்கத் தொழிலாளி தவறுகின்ற வேளைகளில் இந் நிலை தொழிலாளிக்கும் அவன் சார்ந்துள்ள குழுவிற்கும் தொல்லை விளைவிப்பதாயும் தவறான பொருத்தப்பாடுகளுக்குக் காரணமாக அமைவதுண்டு. இத்தகைய தவறான பொருத்தப்பாடுகள் பல வேளைகளில் ஏற்படுகின்றன. தொழிலாளி தன் வேலையில் மன நிறைவு இல்லாதிருக்கும்போதும், வேலைச் சூழல் வசதிக் குறை வாக இருக்கும்போதும், பொருத்தமற்ற பயிற்சி பெற்றிருக்கும் போதும், பொருத்தமற்ற பதவியில் இருக்கும்போதும், இரக்க மற்ற மேலதிகாரியின்கீழ் இருக்கும்போதும் இத்தகைய தவறான பொருத்தப்பாடுகள் ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்புகள் மலிந்திருக் கின்றன. எனவே, பொருளாதார ஆய்வு வசதிகளைப் போன்றே நல்ல உளநலப் பாங்கான தன்மைகள் கொண்ட தொழில் வசதிகளும் தொழிலாளரிடையே இன்றியமையாத தேவைகளாக உள்ளன.

தொழிலாளரது மன முறிவும் உளப் போராட்டமும்

தொழிலாளியிடம் பலவிதமான தேவைகளும் விருப்பங்களும் உள்ளன. இவைகளை நிறைவேற்றிக் கொள்ளவே அவன் பெரிதும் முயல்கிறான். இவ்வாறான முயற்சியில் தடைகள் ஏற்படும்போது

அவனுக்கு மன முறிவு உண்டாகின்றது. இத்தகைய மன முறிவு ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்பு தொழிற்சாலைச் சூழலில் நிரம்ப இருக்கிறது. குறிப்பாக, தொழிற்சாலையைச் சேர்ந்தவர்கள், சேர்ந்த நிறுவனங்கள், பொருள்கள் போன்றவை தொழிலாளி யிடம் மன முறிவை ஏற்படுத்துவனவாக அவ்வப்போது அமைதல் உண்டு. இவ்வாறு ஏற்படும் மனமுறிவுகள் தொழிலுக்கு வரா திருத்தல், ஆக்கிரமிப்பு முறையில் நடந்துகொள்ளுதல், அல்லது தொல்லைகள் உண்டாக்குதல் போன்றவைகள்மூலம் வெளிப் படுத்தப்படுகின்றன. குறிப்பாக, மன முறிவுகள் ஏற்படும் வேலை களில் பின்வாங்கும் தன்மையுடைய தொழிலாளர்களே பெரு மளவு தொழிலுக்கு வராதிருக்கிறார்கள் என்று கே (Kay, E.) என்ற அறிஞர் தன் ஆராய்ச்சியின் வழியாக எடுத்துக் காட்டி யுள்ளார்.

மன முறிவு எதிர்வினை தொழிலாளியின் ஆளுமைக்கேற்ப அமையக்கூடும். அகமுகத் தொழிலாளி மன முறிவு அடையும் போது ஆக்கிரமிப்புத் தன்மையையும் பகை உணர்வையும் தன்மீதே செலுத்திக்கொள்ள முற்படுகிறான். ஆனால், புறமுகத் தொழிலாளியோ இதே வேலையில் ஆக்கிரமிப்பைச் சுற்றியுள்ள வர்கள்மீதும் பொருள்களின்மீதும் செலுத்த முற்படுகிறான். தொழிற் சூழ்நிலையில் தொழிலாளியின் விருப்பத்தையும் வெறுப் பையும் தூண்டவல்ல எண்ணற்ற வாய்ப்புகள் காணப்படுகின்றன. இதன் காரணமாக உளப் போராட்டங்கள் பலவற்றிற்குத் தொழிலாளி உட்பட வேண்டியிருக்கிறது. வேலையின் தன்மையை மிக விரும்பும் ஒரு தொழிலாளிக்கு அதற்காக அளிக்கப்படும் ஊதியம் மிக ஏமாற்றம் அளிப்பதாக அமையக்கூடும். இந் நிலையில் அவனிடம் விலகுதல், அணுகுதல் போராட்டம் ஏற்படு கிறது. அதேபோல் ஒரு தொழிலாளி வேலையை விட்டுவிட்டுப் போகவேண்டும் என்ற விருப்பமும் அதேநேரத்தில் வேலையில்லாத் திண்டாட்டத்தைப்பற்றிய அச்சமும் காணப்படுவதும் உண்டு. இந்நிலையில் வேலை, வேலையில்லாத் திண்டாட்டம் ஆகிய இரண்டையும் விலக்க வேண்டுமென்ற விலகுதல் போராட்டத் திற்குத் தொழிலாளி ஆளாக வேண்டியிருக்கிறது. வேறொரு தொழிலாளி தொழிலாளர் சங்கத்தில் முக்கியப் பங்கு பெற வேண்டும் என்றும் அதே வேளையில் நிறுவனத்தினரிடமும் நல்ல பெயர் வாங்கவேண்டும் என்றும் பெரிதும் விழையலாம். இந் நிலையில் அத்தொழிலாளி, வேண்டுதல் உளப் போராட்டத்தில் சிக்குண்டுள்ளார் என்று கூறலாம். இத்தகைய உளப் போராட் டங்களையெல்லாம் நல்ல உளநலப் பாங்கான முறைகளில் சமாளித்தல் மிகமிக அவசியம். நீல் (Neel) தனது ஆய்வின்மூலம் 'பதவி உயர்வு கிடைக்காதிருத்தல், கடினமான வேலைச் சூழ்

நிலைகள், தொழில் மனநிறைவின்மை, திறனற்றிருத்தல், நிறுவனத்தில் மேற்கொள்ளப்படும் மேற்பார்வை முறைகள், குறிப்பிட்ட நேரத்தில் வரவேண்டும் என்று கட்டாயப்படுத்துதல் போன்றவை தொழிலாளர்களிடம் கவலையையும் அச்சத்தையும் ஏற்படுத்துவனவாக அமைகின்றன' என்று எடுத்துக் காட்டியுள்ளார்.

காமரான் (Cameron), கீழ்க்கண்ட மூன்று வகை வேலைகளும் உளவியற் கண்ணோட்டத்தில் ஆபத்தானவை என்று குறிப்பிடுகிறார்:

(1) திறமைகள் அனைத்தையும் ஒருசேர வேண்டுகின்ற வேலை.

(2) சாதாரணமான, திரும்பத் திரும்ப ஒரேமாதிரி செய்ய வேண்டிய, ஊதியம் அதிகம் தருகின்ற வேலை.

(3) தொழிலாளி முழு ஒத்துழைப்புமின்றித் தானாக நடைபெறக்கூடிய வேலை.

23. வேலையில்லாத் திண்டாட்டமும் உளநலமும்

வேலையில்லாத் திண்டாட்டம் வளம் கொழிக்கும் நாடான அமெரிக்காவில்கூட மிகச் சிக்கல் வாய்ந்த பிரச்சினையாகக் காணப்படுகிறது. ஐந்தாண்டுத் திட்டங்கள் பலவும் முடங்கிக் கிடக்க வேண்டிய நிலையில் இன்று நம் நாட்டில் இந்நிலை இன்னமும் முக்கியப் பிரச்சினையாக உள்ளது. தொழிற்பாங்கான நாகரிக நாடுகளில் வேலையற்ற நிலை பொருளாதாரப் பிரச்சினையாக மட்டும் காணப்படுவதில்லை ; தனக்கேயுரிய உளவியற் பாங்கான பிரச்சினைகளையும் இந்நிலை எழுப்புகின்றது. பொதுவாக, தொழிற் பின்னிடும் காலங்களிலும், அதேபோல் தொழில் இயல்பாக நடைபெறும் காலங்களிலும் இந்நிலை ஏற்படுவதனை நாம் காண்கிறோம். சாதாரணமாகத் தொழிற்றுறைகள் நடைபெறும் இயல்பானவேளைகளில்கூட நம் நாட்டில் இவ்வாறு வேலையற்றிருப் போர் கோடிக்கணக்கில் காணப்படுகின்றனர். இவ் எண்ணிக்கை இன்னமும் பல மடங்காகத் தொழில் மந்த காலங்களில் அதிகரிப் பது இயல்பே. இத்தகைய வேலையில்லாத் திண்டாட்டத்தை எவ் வாறு சமாளிப்பது என்பது உளவியற் பிரச்சினையன்று. இத்தகைய வேலையில்லா நிலையால் ஒவ்வொருவரிடமும் ஏற்படும் உளவியற் பிரச்சினைகளை எவ்வாறு சமாளிப்பது என்பதே நமது நோக்கம்.

இலாபகரமாக வேலைக்குச் செல்ல வேண்டும் என்று விரும்பு கின்ற, ஆனால் வேலைப் பற்றுக்குறையினால் வேலையின்றி இருக் கின்ற ஒருவரையே நாம் 'வேலையற்று இருப்பவர்' என்று குறிப்பிடு கிறோம். வேலையற்று இருப்போரில் பெரும்பாலோர் இவ்வாறு இருக்கின்றனர். ஆனால், அவர்களில் ஒருசிலர் உண்மையிலேயே வேலைக்குச் செல்ல விரும்புவதில்லை. அதன் காரணமாகவே வேலை யற்று இருக்கின்றனர். வேலையற்ற நிலை தனியவன்மேலும் சமூகத்தின்மேலும் பெரும் விளைவுகளை ஏற்படுத்துகிறது. வேலையற் றிருக்கும் குடும்பத் தலைவன் இந்நிலையில் தான் பாதிக்கப்படுவது மட்டுமன்றி தன் குழந்தைகளும் மனைவியும் பாதிக்கப்படுவதனை யும் காண்கிறான். வேலையற்றிருக்கும்போது பல முக்கிய மாறுதல்

கள் ஏற்படுகின்றன. இத்தகைய மாறுதல்களை அறிந்து கொள்வதன்மூலம் வேலையற்றிருப்போர் சில வேளைகளில் பிறழ்வான முறையில் நடந்து கொள்வதனை நாம் நன்கு புரிந்துகொள்ள முடியும்.

வேலையற்ற நிலையால் பாதிக்கப்படுவதில் பெருமளவு ஆளுக்கு ஆள் வேறுபாடு காணப்படுகிறது. இருப்பினும், வேலையற்றோர் நடத்தை பொதுவாக எவ்வாறு அமையும் என்று நாம் கூறமுடியும். வேலையற்றிருக்கும் காலத்தின் அளவு, இதனைத் தனியவன் எவ்வாறு கருதுகிறான் என்பவற்றைப் பொறுத்து இந்நிலையில் நடத்தை அமைகிறது. வேலையற்ற நிலையில் தனியவனது ஆவல்களும் தேவைகளும் பெரிதும் கட்டுப்படுத்தப்படுகின்றன என்பதனை எல்லா ஆராய்ச்சிகளும் ஒருமுகமாக எடுத்துக் கூறுகின்றன.

பொதுவாக, கீழ்க்காணும் வகைகளில் வேலையற்ற நிலையில் தனியவர்கள் நடந்துகொள்கிறார்கள் :

முதலில், வேலையற்ற நிலை வரப்போகிறது என்று எவ்வளவு திட்டவட்டமாக முன்பே தெரிந்திருந்தபோதிலும் தனக்கு அந்நிலை ஏற்படும்போது ஒருவன் பெரும் அதிர்ச்சிக்கு உள்ளாகிறான். வேலையில் இருப்போர்கூடப் பல வேளைகளில் தங்களுக்கு இந்நிலை வரவிருப்பதனை முதலிலேயே தெரிந்து வைத்திருக்கின்றனர். தொழில் நிலை மந்தமாக இருப்பதனையும், தொழிலாளர்கள் நீக்கப்பட இருப்பதனையும் அவர்கள் முன்கூட்டியே அறிந்து கொள்ளுதல் இயல்பு. நீண்ட நாள் தொழிலில் இருப்போர்கூட இவ்வாறு வேலையற்ற நிலை வர இருப்பதனை எதிர்பார்த்த வண்ணம் இருப்பதுண்டு. குறிப்பாக, தொழிற்சாலைகளில் ஆட்குறைப்புகள் நடைபெறுவதைக் காணும்போது இவர்களது எண்ணம் மேலும் பலப்படுகிறது. இவ்வாறு முன்கூட்டியே அறிந்திருந்தாலும் உண்மையில் வேலையற்ற நிலை ஏற்படும்போது ஏற்படும் அதிர்ச்சியை எவராலும் தவிர்ப்பதற்கு இயலுவதில்லை. வயிறு வாட வாட நீதியைப்பற்றியும் நியாயத்தைப்பற்றியும் பெருமளவு புலம்ப ஆரம்பிக்கின்றனர் ; இவ் வேலையினை ஏற்றுக் கொண்டதே சரிதானா என்றுகூடச் சிந்திக்க ஆரம்பிக்கின்றனர். வேறு வேலைகளுக்கான வாய்ப்புகள் அதிகமாயிருக்கும் வேளைகளில் நாம் கொஞ்ச நாள்களுக்கு ஓய்வெடுக்க வேண்டியதும் அவசியமே என்று காரணம் கற்பித்துக் கொள்வதும் உண்டு. இவ்வாறு சிறிது காலம் கழித்த பிறகு தனது திறமைகளை எல்லாம் மீண்டும் தானாக மதிப்பிட்டுக் கொண்டு மும்முரமாக எல்லா வேலைகளிலும் மிகக் கடினமான வேலையான—வேலை தேடும் படலத்தைத் தொடங்குவது வழக்கம். இவ் வேளைகளில் நண்பர்

களிடமும் மற்றவர்களிடமும் தனக்கு நல்ல வேலை வாய்ப்பு வருமாயின் கூறவும் என்று வேண்டுவதுண்டு. வேலையற்றிருக்கும் கால அளவு நீடித்தால் தானுக முழுமுரமாக வேலை தேடிச் செல்லும் நிலை தொடங்குகிறது.

முதலில் இவ்வாறு தொடங்கும் வேலை தேடும் படலம் இன்னமும் தீவிரமடையத் தொடங்குகிறது. தாங்கள் முதலில் பார்த்துவந்த வேலையைவிட நல்ல வேலையிலேயே முதலில் கவனம் செலுத்துகின்றனர். கொஞ்ச காலம் கழிந்தபின் தாங்கள் பார்த்து வந்த வேலையை ஒத்த அதேபோன்ற வேலைகளில் ஆர்வம் காட்டுகின்றனர். வேலை கிடைக்காத நிலை அதிக காலம் நீடிக்கும் வேளையில் ஓர் குறிப்பிட்ட நிறுவனத்தில் தான் பார்த்துவந்த வேலையிலும் சற்றுத் தாழ்வான வேலையிலும் சேர முயல்கின்றனர். இவ் வேளைகளில் அத்தகைய வேலையில் சேர்ந்து சிறிது காலம் சென்ற பின் வேலை உயர்வு பெற முயலலாம் என்று கருதுகின்றனர். வேலையற்ற நிலை நீடிக்க நீடிக்க எங்காவது ஏதாவது ஒரு வேலை கிடைக்காதா என்று தேட ஆரம்பித்துவிடுகின்றனர். இவ் வேளைகளில் எல்லாம் தனியவனது உளநிலை அவ்வளவாக பாதிக்கப்படுவதில்லை ; எப்படியும் இறுதியில் வெற்றி பெற்று விடுவோம் என்ற நம்பிக்கை அவனிடம் தளருவதே இல்லை. பொதுவாக மகிழ்வற்றிருந்தாலும் முழு நம்பிக்கையை இந்நிலையில் ஒருவரும் இழப்பதில்லை. இறுதி நிலையிலேயே ஒருவன் பெருமளவு பாதிக்கப்படுகிருன். வேலை தேடித் தேடி கிடைக்காது ஏமாற்றமடைந்த ஒருவன் கிலியும், நம்பிக்கையற்ற தன்மையும் கொண்டவனுக, எதிர்காலத்தைப்பற்றிய அச்சம் கொண்டவனுக மாறுகிருன். தொடக்க காலங்களில் முழுமுரமாக வேலை தேடி வந்த அவன் ஒருபோதும் தன் வேலையற்ற நிலையைத் தனது வரையறையாகக் கருதுவதில்லை. ஆனால், இறுதியில் சோர்வு மிக்கவனுக, எதிலும் பற்றற்றவனுக, ஓரளவு உணர்ச்சியற்றவனுகக் கூட மாறுவதுண்டு. கொஞ்சம் கொஞ்சமாகத் தனது குறுகிய, மகிழ்வற்ற வாழ்க்கைமுறைக்குரிய பொருத்தப்பாடு கொண்டவனுக இவன் மாறுகிருன். கொஞ்சம் கொஞ்சமாக முன்பு வாழ்ந்து வந்த முறையைக் காட்டிலும் குறுகிய அளவினதாக வாழ்க்கை மாறத் தொடங்குகிறது. அவன் நம்பிக்கையே அற்றவனுக, குழப்பம் மிக்கவனுக, ஒருமைப்பாடற்றவனுக, சிதைவு பெற்றவனுக மாறுகிருன்.

மேற்கூறிய நடத்தைப் பருவங்கள் ஒவ்வொன்றும் எத்துணைக் கால அளவு நீடிக்கும் என்று திட்டமாகக் கூறுவதற்கில்லை. ஒவ்வொருவரது அனுபவம், பின்னணி ஆகியவற்றிற்கேற்ப இவற்றின் கால அளவு அமைகிறது.

வேலையற்ற நிலையும் மன எழுச்சி நிலையின்மையும்

வேலைக்குச் செல்வோரைக் காட்டிலும் வேலையற்றிருப்போர் மன எழுச்சி நிலையற்றிருப்பதனை நாம் அனைவரும் அறிவோம். இத்தகைய மன எழுச்சி நிலையின்மை வேலையின்மையால் ஏற்படு கிறதா அல்லது வேலையின்மையே மன எழுச்சி நிலையின்மையால் ஏற்படுகிறதா என்ற கேள்வி 'கோழி முதலா ? குஞ்சு முதலா' என்பதனைப் போன்றது. வேலையற்றோரின் மன எழுச்சி நிலை யின்மையில் இரண்டு முக்கியப் பண்புகள் காணப்படுகின்றன. வேலையற்ற நிலையில் காலம் வீணாகக் கழிகிறதே என்ற உணர்வும், அறிவுக்குப் பொருத்தமற்ற வழிகளில் காலத்தைச் செலவிடலும் (irrational spending) வேலையற்ற நிலையின் முக்கியப் பண்பு களாகும். அன்றாட வேலை பாதிக்கப்படுவதால், ஒருவரது கால திட்டங்கள் பிறழ்வடைகின்றன. வேலைக்குச் செல்லும் ஒருவர் குறித்த காலத்தில் எழுகிறார்; குறித்த காலத்தில் உண்கிறார்; குறித்த காலத்தில் வேலைக்குச் செல்லுதல் போன்ற பழக்கங்கள் கொண்டிருக்கிறார். இதனால் குறிப்பிட்ட காலத் திட்டம் அவரிடம் காணப்படுகிறது. வேலையின் அடிப்படையிலேயே ஒருவர் நாளினைப் புரிந்துகொள்கிறார். சான்றாக, முதல் தேதியை சம்பள நாளாகவே ஒருவர் அறிகிறார்; சனிக்கிழமை என்றதுமே அரை வேளை அலுவல் என்பதுமட்டுமே நினைவிற்கு வருகிறது. ஞாயிறு என்றதும் எப்போதும் விடுமுறை நாளாகவே தொழி லாளியின் எண்ணத்தில் படுகிறது. வேலையற்றிருக்கும்போது இவ்வாறான எண்ணங்களே ஏற்படுவதில்லை. வேலையற்றிருப் பவருக்கு முதல் தேதியும் முப்பதாம் தேதியும் ஒன்றே !

வேலையற்றிருக்கும் தொடக்க காலங்களில் அவமானமும், சங்கடமும் ஒருவரிடம் ஏற்படுவது இயல்பே. வீட்டிலிருப் போரது வற்புறுத்தலும், தன்னிடம் ஏற்படும் சொந்த உணர்ச்சி களும் வேலையற்றிருப்போரைப் பிறரிடம் தன்னிலையை உள்ளவாறு எடுத்துக் கூறுவதற்கு முடியாமற் செய்கின்றன. எனவே, வேலை யற்றிருப்போரும் பிறர் வேலைக்குச் செல்லும் வேளையில் தானும் வெளியே செல்ல முற்படுகிறார். பிறர் வேலையினின்று திரும்பும் வேளைக்குத் தானும் வீடு திரும்புகிறார். இதனால் 8-லிருந்து 10 மணி நேரம் அவர் வெளியே செலவிட வேண்டியிருக்கிறது. வேலை தேடும் முயற்சியில் முதல் பத்துப் பதினைந்து நிமிடங்கள்— மீறினால் ஒரு மணி நேரம் செலவிடப்படுகிறது. எஞ்சிய பல மணி நேரங்களை எவ்வாறு கழிப்பது என்ற வினாக்குறி வேலை யற்றிருப்போரின் எதிரில் மிகப் பெரிதாக நிற்கிறது. சில தியேட்டர் களில் குறைக்கப்பட்ட கட்டணத்திற்கு ஓடும் படங்கள் பெரும் பாலும் வேலையற்றிருப்பவரது கவனத்தைக் கவருகிறது. இவ்

வகையில் மூன்று நான்கு மணி நேரங்கள் செலவிடப்படுகின்றன. மீதி நேரங்கள் சாலையோரங்களில் வேடிக்கை பார்த்தபடி நடப்பதில் கழிக்கப்படுகிறது. வேலையற்றிருப்போரிடம் காணப்படும் இரண்டாவது குணம் பொருத்தமற்ற வகையில் செலவு செய்தலாகும். வேலையற்றிருப்பவர் பிறரிடம் கடன் வாங்க வேண்டிய கட்டாயம் ஏற்படுகிறது. இவ்வாறு கடன் பெறும்போது அவர் கடன் கொடுப்பவரிடம் நன்றிப் பெருக்கோடு நடந்துகொள்கிறார்; எவ்வளவு விரைவில் கடனைத் திருப்பித் தர முடியுமோ அவ்வளவு விரைவில் திருப்பித் தருவதாக வாக்களிக்கிறார். குறித்த காலத்தில் கடன் தொகையைத் திருப்பித் தராதபோது இருவரிடையேயும் மனக் கசப்பு ஏற்படுகிறது. மேலும் வேலையற்றிருப்போருக்குக் குறுகிய கால வேலைகள் சில வேளைகளில் கிடைப்பதுண்டு. இவ்வாறு பெறும் ஊதியத்தையும் அவர் ஓரளவு தாராளமாகச் செலவு செய்துவிடுவார். இதனைக் கடன் கொடுத்தவர் காணும்போது மிகவும் கடிந்து கொள்வது இயல்பே. ஆனால், கடன் பெற்றவரோ இதனை உணருவதில்லை. 'நெடு நாள்களுக்கு ஒன்றுமில்லாதிருந்த நான் ஒருசில வேளைகளில் இவ்வாறு தாராளமாக நடந்துகொள்வதில் தவறு என்ன?' என்றே கருதுகிறார். இதனால் மனக் கசப்பு இன்னமும் விரிவடைகிறது. வேலையற்றோரின் பல செலவுகளும் பொருத்தமற்றவையாக வேலையில் இருப்போருக்குப் படுகிறது. புகை பிடிக்கும் பழக்கத்தை இதற்குச் சான்றாகக் கூறலாம். வேலையற்றிருப்போர் ஏன் புகை பிடிக்க வேண்டும்; அதற்காகும் செலவைப் பிற பயனுள்ள வழிகளில் பயன்படுத்தலாமே என்று பொதுவாகப் பலரும் எண்ணுகிறார்கள். உண்மையில் வேலையில்லாது முனைப்பு மிகுந்த நிலையில் புகைப் பழக்கம் மிகுதியாவதே இயல்பு. இத்தகைய செலவுகள் வேலையில் இருப்போருக்கு வேண்டுமானால் பொருத்தமற்றவையாகத் தோன்றலாம். ஆனால், வேலையற்றோரைப் பொறுத்தவரை இவை பொருத்தமானவையே.

வேலையற்றோர் சில வேளைகளில் மிகச் செலவு ஆகக் கூடிய பொழுதுபோக்குகளைக் கொண்டிருத்தல் உண்டு. புறா வளர்த்தல் போன்றவை பெருமளவு நேரத்தைச் செலவழிக்க வேண்டியவையாகும். ஆனால், இவை அத்துணையளவு இலாபகரமானவையன்று. இதுபோன்ற செயல்களும் வேலையற்றவர்க்குக் கடன் கொடுப்போரிடம் மனக் கசப்பை வளர்க்கின்றன.

வேலையற்றிருக்கும் பெற்றோர் தங்கள் குழந்தைகளுக்காக மிக அதிக அளவு செலவு செய்தலுண்டு. பண்டிகை நாள்களிலும், வேறு விசேஷங்களிலும் இவர்கள் தங்கள் குழந்தைகளுக்காக மிகவும் படாடோபமாகச் செலவு செய்ய முற்படுகின்றனர்.

ஆனால், இத்தகைய முயற்சிகள் தற்காலிகமாகத் தங்கள் வேலையற்ற நிலையை மறந்து மகிழ்ச்சி பெற உதவுவதும் உண்டு. ஆனால், எதிர் காலத்திலும் இவர்கள் இவ்வாறே செலவு செய்வர் என்று கூறுவதற்கில்லை.

பழக்கங்கள் மிகவும் ஊன்றுதல் (Intensification of Habits)

பொதுவாக வேலையற்றோரின் பழக்கங்கள் மேலும் வலிவு பெற்று ஊன்றுகின்றன என்று கூறலாம். சான்றாக, சிறிது நேரமும் படிப்பதற்காகச் செலவிடாத ஒருவர் வேலையற்ற நிலையில், மிகுதியான ஓய்வு நேரம் பெற்றிருந்தாலும் ஓரளவும் படிப்பதற்கு முயற்சி செய்வதில்லை; சாதாரண நாள்களில் ஓரளவு நூல்களை வாசிக்கும் ஒருவர் வேலையற்ற வேளையில் இன்னமும் அதிக காலத்தை வாசிப்பதற்குச் செலவிடுகிறார்.

மதத்தைப் பற்றிய நோக்கிற்கும் இதுவே பொருந்தும். மதத்தில் ஓரளவு நம்பிக்கை கொண்டிருந்தவர் வேலையற்ற நிலையில் இன்னமும் அதிகமாக மதத்தில் நம்பிக்கை கொள்ளத் தொடங்குகிறார்; மத நம்பிக்கை குறைவாக இருந்த ஒருவர் வேலையற்ற நிலையில் மத நம்பிக்கையையே முற்றிலும் இழக்கத் தொடங்குகிறார்.

ஒழுக்க நடத்தையினை வேலையற்ற நிலை பாதிக்கிறதா என்பது பற்றித் திட்டவட்டமாக இன்னமும் அறியப்படவில்லை. பெண்களை வேலையற்ற நிலை அவ்வளவாக பாதிப்பதில்லை; சமூகச் சூழ்நிலைகளின் அடிப்படையில் இது ஏற்படுகிறது. பொதுவாகப் பெண்கள் வேலையைத் தற்காலிகமானதாகவே கருதுகின்றனர். பெரும்பாலோர் திருமணம் ஆன உடனேயே வேலையிலிருந்து விலகி விடுகின்றனர்; மேலும் சிலர் திருமணம் ஆன பிறகு சிறிது காலம் கழித்து வேலையினின்று விலகுகின்றனர்.

வேலையற்றோரின் குழந்தைகள்

வேலையில்லாத் திண்டாட்டம் குழந்தைகளையும் நேரடியாக பாதிக்கிறது. தங்கள் பெற்றோர் வேலை இழந்து நிற்கும் வேளைகளில் இவைகளும் பெருமளவு இன்னல்களுக்குள்ளாகின்றன. வேலையற்ற பெற்றோரின் கிலியுணர்வும், பாதுகாப்பற்ற உணர்ச்சியும் அவர்களது குழந்தைகளிடையே பிரதிபலிக்கின்றன. இதனால் இவர்களது படிப்பும் பாதிக்கப்படுகிறது. குறும்பு செய்தல், போன்ற சிறு குற்றங்கள் வேலையற்ற பெற்றோரின் குழந்தைகளிடமே பெரிதும் காணப்படுகின்றன.

சென்னைப் பல்கலைக் கழக உளவியல் ஆய்வுத் துறையில் சந்தானம் இத் துறையில் ஓர் ஆராய்ச்சியை மேற்கொண்டார். கிலியுணர்வு (Anxiety), வேலையற்றிருப்போரிடமும், பகுதி நேர வேலை பார்ப்போரிடமும் (underemployed) எத்துணையளவு காணப் படுகிறது என்பதில் இவரது ஆராய்ச்சி கவனம் செலுத்தியது. அவர் கண்ட உண்மைகளில் முக்கியமான பகுதி வேலையில்லாத வரைவிடப் பகுதி நேர வேலை பார்ப்போரிடமே கிலியுணர்வு அதிகம் உள்ளது என்பதாகும்.

வேலையற்றோர் உளநலம்

இவ்வாறு வேலையற்ற நிலை ஒருவரது அடிப்படைத் தேவை களையும் ஒருவரது பொருத்தப்பாடுகளையும் பலவகையில் பாதிப்ப தாக இருக்கிறது. இதனால் ஒருவரது ஆளுமையே சோதனைக் குள்ளாகிறது. இவ்வேளைகளில் உளநலம் குறைவது உண்டு. இதனை இரு வழிகளில் நாம் சமாளிக்க வேண்டியுள்ளது. முதலாவ தாக வேலையற்றிருப்போர் தங்கள் உள மாறுதல்களைக் கூர்ந்து கவனித்தல் வேண்டும். முதலில் இவர்கள் தன்னம்பிக்கையை இழத்தலைத் தவிர்த்தல் வேண்டும். தனக்கு ஏற்படும் தோல்வி களின் காரணங்களை சொந்த விருப்பு வெறுப்புகளுக்கப்பாற்பட்ட வகையில் ஆராய்ந்து அவற்றினைத் தவிர்க்க முயற்சி செய்வது பயன் தரும். மேலும் உண்மையியல்பான குறிக்கோள்களின் அடிப் படையில் இவர்கள் முயல்வதனால் வெற்றி வாய்ப்பு கூடுவது திண்ணம். தனது தோல்விகளுக்கெல்லாம் பிறரிடம் குற்றம் காணுவதனை விட்டுவிட்டுத் தனது நோக்கங்களும் முயற்சிகளும் நடைமுறை உலகிற்கு ஏற்றவையா என்று சிந்திக்கும் வேளை களிலேயே ஒருவர் தனது குறைகளை உணர வழி ஏற்படும்.

இரண்டாவதாக வேலையற்றிருப்போரைச் சுற்றியுள்ள நெருங்கிய உறவினர்கள்—குறிப்பாகப் பெற்றோரும் உடன்பிறந் தோரும்—வேலையற்றிருப்போரை உரிய வகையில் ஊக்குவித்து அவர்களது முனைப்பினைக் குறைக்க முன்வரவேண்டும். மேலும், வேலையற்றிருப்போர் தங்கள் குறைகளை உணர்ந்து கொள்ள இவர்கள் பக்குவமாக ஆலோசனைகள் கூறமுடியும். இதுவன்றி நடைமுறைக்கு ஏற்றவகையில் அவர்கள் வேலை விருப்பங்களை மாற்றிக்கொள்ள இவர்கள் வழிப்படுத்த முடியும்.

தொழிலுக்கு வழிப்படுத்தலும் தொழிலிற்காகத் தேர்ந்தெடுத்தலும்

ஒவ்வொருவரிடமும் பல வகையான திறமைகள் உள்ளன. இத்தகைய திறமைகள் அனைத்தும் ஒரே அளவில் எவரிடமும் அமைவதில்லை. ஒருசில திறமைகள் மிக அதிகமாகவும் ஏனைய சில

ஓரளவிற்கும், எஞ்சியவை மிகக் குறைந்த அளவிற்கும் ஒருவரிடம் மரபுவழிப்படி இயல்பாக அமைகின்றன. மேலும் எல்லோரிடமும் ஒரேமாதிரியாக இத் திறமைகளனைத்தும் இருப்பதில்லை. ஒருசிலரிடம் பல திறமைகள் இருப்பதும் வேறு சிலரிடம் ஒருசில திறமைகள் மட்டுமே இருப்பதும் இயற்கையே.

இதுவன்றி தன்னிடம் உள்ள திறமைகள் அனைத்தையும் எவரும் உணர்ந்திருப்பதில்லை. ஒருவர் தன்னிடம் மறைந்து கிடக்கும் பல ஆற்றல்களை ஒருபோதும் புரிந்துகொள்ளாமலே போய்விடுவதும் உண்டு. இவ்வகையில் ஒருவர் தான் கொண்டுள்ள திறமைகளை அறிந்து கொள்வதற்கும் அறிந்து கொள்ளாமல் இருப்பதற்கும் சூழ்நிலையில் ஏற்படும் வாய்ப்புகளும் அனுபவங்களுமே காரணமாக இருக்கின்றன.

தனியவர்களுக்கென்று கூறப்பட்ட மேற்கூறிய உண்மைகள் ஒவ்வொரு தொழிலுக்கும் பொருந்துவனவாக உள்ளன. ஒவ்வொரு தொழிலும் தனக்கேயுரிய பல திறமைகள் கொண்டிருக்கின்றது. எனவே, ஒரு குறிப்பிட்ட தொழிலில் வெற்றி பெற ஒருவர் அத் தொழிலுக்கேற்ற திறமைகளை வேண்டிய அளவிற்குத் தம்மிடம் கொண்டிருக்கவேண்டிய தேவை ஏற்படுகிறது. மேலும் ஒரு தொழிலில் பொதிந்துள்ள திறமைகள் அனைத்துமே வெளிப்படையாகத் தெரிவதில்லை. உளவியல் முறைகளின்படி ஒரு தொழிலை ஆராயும்போதே அதில் பொதிந்துள்ள திறமைகள் அனைத்தையும் நாம் அறிந்துகொள்ள இயலும்.

ஒரு தொழிலில் வேண்டப்படுகின்ற திறமைகளும், அதில் ஈடுபடுபவரிடம் உள்ள திறமைகளும் ஒன்றோடு ஒன்று ஒத்திருக்கும் வேளைகளிலேயே தொழிலில் நல்ல பொருத்தப்பாடு ஏற்படுகிறது. தொழிலைத் திருப்திகரமாகச் செய்வதற்குத் தேவையான திறமைகளைக் கொண்டிராத ஒருவர் அத்தொழிலில் பொருத்தப்பாடு கொள்வது கடினம். அதேபோல் தனது திறமைகள் அனைத்தையும் தன் தொழிலில் பயன்படுத்த இயலாத நிலையிலும் ஒருவரிடம் பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகள் அதிகரிப்பது இயல்பு. இத்தகைய வேளைகளில் ஒருவர் தன் தொழிலைத் தன்னுடையதென்று உரிமையுணர்வுடன் இருக்க முடிவதில்லை. தொழில் சரிவரச் செய்ய முடியாததால் எங்கு வேலை பாதிக்கப்பட்டு விடுமோ என்று அஞ்சத் தொடங்குகின்றனர். இதனால் இவர்களிடம் காப்புணர்ச்சி குறைகிறது. மேலும் இவர்கள் தன்னுடன் வேலை செய்வோருடன் போட்டி போட இயலாமற் போகிறது. இதனால் அவர்களிடம் பொறாமையும் பூசலும் ஏற்படுகின்றன. இவைகளனைத்தும் தொழிலாளியின் உளநலத்தை எளிதில் பாதிக்கின்றன.

எனவே, தொழிற்சாலையில் உளநலம் பாதுகாக்கப்பட வேண்டுமானால் முதற்படியாகத் தொழிலாளர்களைத் தேர்ந் தெடுக்கப்படும் முறைகளைச் சீர் செய்ய வேண்டியிருக்கிறது. இவ்வகையில் தொழில் வழிப்படுத்தலும் பெருமளவு உதவுவதனை நாம் முன்பே சுட்டிக் காட்டியிருக்கிறோம் (தொழில்வழிப் படுத்தல்-பக்கம் 142.) தொழில் தேர்வுகளை நல்ல உளவியல் நியதி களின்படி அமைத்தல் மிகவும் அவசியம். தொழில் நிறுவனங்கள் தங்கள் நிறுவனத்தின் கீழ்உள்ள ஒவ்வொரு தொழிலையும் பதவியையும் பட்டியல்படுத்தி ஒவ்வொன்றிலும் என்ன என்ன திறமைகள் எத்துணையளவிற்கு இடம் பெறுகின்றன என்று கவனித்துக்கொள்ளல் இன்றியமையாத தேவையாகும். இவ்வாறு ஒவ்வொரு பதவியையும் ஆராய்ந்து அவற்றிற்கான தேவைகளைத் திட்டவட்டமாக அறிந்து கொள்வதால் பல வகைகளில் நன்மைகள் ஏற்படுகின்றன. முதலில் ஒவ்வொன்றிற் கும் தேர்ந்தெடுக்கப்பட வேண்டியவர்களிடம் என்ன என்ன ஆற்றல்கள், திறமைகள், குணங்கள் ஆகியவை எதிர்பார்க்கப்பட வேண்டும் என நாம் முன்கூட்டியே தீர்மானிக்க முடிகிறது. இதற்கேற்ப விண்ணப்பங்களைத் தயாரிக்கவும், பேட்டி முறைகளை உருவாக்கவும் முடிகிறது. இதனால் பொருள் செலவும், நாள் செலவும், ஆள் செலவும் குறைகிறது. தேர்வு முறை எளிதாகிறது.

உளவியற் சோதனைகள்

தொழிற்கு வேண்டிய திறமைகள் ஒருவரிடம் உள்ளனவா என்று அறிய அறிவியற்பாங்கான பல சோதனைகள் இன்று நம்மிடையே உள்ளன. அவற்றைப் பயன்படுத்துவதன்மூலம் தனிப்பட்டோரின் விருப்பு வெறுப்புகள் தொழில் தேர்வை பாதிக்காமல் பார்த்துக்கொள்ள முடியும். இத்தகைய புறச் சார்பான (objective) சோதனைகளைப் புரிந்துகொள்ளும் வேளை களில் தொழிலாளர் சங்கங்களும் இவற்றைப்பற்றி ஐயுறுமல் இருக்க வழியேற்படுகிறது. குறிப்பாக இத்தகைய தேர்வுகள் நிறுவனத்திற்கு மட்டுமன்றி வேலை வேண்டி வருவோருக்கும் பயன் தருவதனை உணர்ந்துகொண்ட வேளையில் எந்த ஒரு தொழிலாளர் அமைப்பும் இதற்கு மறுப்புத் தெரிவிப்பதில்லை.

தொழிலாளர் தேர்வில் பலவகையான உளவியற் சோதனை கள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. அவற்றுள் நுண்ணறிவுச் சோதனை கள், ஆளுமைச் சோதனைகள், அக்கறைத் தேர்வுகள், நாட்டச் சோதனைகள் ஆகியவை முக்கியமான பிரிவுகளாக உள்ளன.

ஒருவரது தொழிற் பொருத்தப்பாட்டினை வெகுவாக பாதிக்கும் காரணிகளுள் ஒன்ருக நுண்ணறிவு அமைகிறது. ஒவ்வொரு தொழிலிலும் பலவகைப்பட்ட நுண்ணறிவுகள் தேவைப்படுகின்றன. ஒருவரிடம் குறிப்பிட்ட தொழிலிற்கு வேண்டிய நுண்ணறிவு வேண்டிய அளவிற்கும் குறைவாக இருப்பின் அவரால் அத்தொழிலைத் திருப்திகரமாகச் செய்ய முடிவதில்லை. அதேபோல் ஒருவரிடம் குறிப்பிட்ட தொழிலிற்குத் தேவைப்படுவதற்கும் மேலாக நுண்ணறிவு இருக்குமாயினும் அவர் அத்தொழிலில் அக்கறையை இழக்கிருர். இவ்வாறு வேலையில் அக்கறை இழக்கப்படுவதாலும் பல பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகள் மிகுகின்றன.

இன்று நம்மிடம் பல ஆளுமைச் சோதனைகள் உள்ளன. ஒவ்வொரு தொழிலிற்கும் குறிப்பிட்ட வகையான ஆளுமை தேவைப்படுகிறது. சான்ருக விற்பனையாளருக்குப் புறமுக ஆளுமை மிகவும் வேண்டப்படுகிறது. அதேபோல் தொழில்கள் அனைத்திற்குமே ஓரளவு மெய்ப்பாட்டுச் சமநிலை தேவைப்படுகிறது. குறிப்பாக முனைப்புகள் மிகுந்த சூழ்நிலையில் பணியாற்றுவோருக்கு—போர்த் தலைவர்களுக்கு, பெரும் நிறுவனங்களின் மேலதிகாரிகளுக்கு—மெய்ப்பாட்டுச் சமநிலை மிக இன்றியமையாத பண்பாக இருக்கிறது. இத்தகைய ஆளுமைப் பண்புகளை அளவிட்டறிய இன்று நம்மிடையே தரமான உளவியற் சோதனைகள் உள்ளன. இவற்றை இவ்வகையில் நாம் பெருமளவு பயன்படுத்திக்கொள்ளுதல் சிறப்பு.

தொழிலுக்குத் தேர்ந்தெடுப்பதில் ஒருவரது அக்கறைகளும் நாட்டங்களும் குறிப்பிட்ட தொழிலிற்கு ஏற்றவையாக இருக்கின்றனவா என்று திட்டமாக அறிய வேண்டுவது மிக அவசியம். இதற்கென்றும் இன்று தரமான சோதனைகள் உள்ளன. பயிற்சி பெற்ற உளவியலர்தம் துணை கொண்டு இத்தகைய சோதனைகளை அளிப்பதன்மூலம் தகுந்த தொழிலிற்கேற்ற தகுந்தவர்களைத் தேர்ந்தெடுக்க முடியும். இவ்வாறு தேர்ந்தெடுப்பதன் மூலம் எண்ணற்ற எதிர்காலப் பொருத்தப்பாடுகளை முளையிலேயே களைந்துவிடப் பெரும் வாய்ப்பு ஏற்படுவது திண்ணம்.

தொழிற்சாலையில் புகுதல்

ஒரு தொழிலில் சேர்ந்த முதல் ஓரிரு வாரங்கள் ஒருவருக்கு முனைப்பு மிக்க காலமாக இருப்பது இயல்பே. குறிப்பாகக் குறிப்பிட்ட தொழிலிலோ, தொழிற்கூடத்திலோ முன் அனுபவம் பெற்றிராத ஒருவருக்கு இம் முதல் வாரங்கள் பல பொருத்தப்

பாட்டுப் பிரச்சினைகளைத் தோற்றுவிப்பதில் வியப்பில்லை. இதனால் மெய்ப்பாட்டுச் சமநிலை குன்றிய ஒருவர் பெரிதும் மனம் தளருவது உண்டு. அனுபவமற்ற தொழிலில் தவறுகள் ஏற்படுவதால் தன்னால் அத் தொழிலில் வெற்றி பெறவே இயலாமற் போய்விடுமோ என்று இத்தகையவர்கள் அஞ்சுவதுண்டு. ஒரு சிலர் இவ் அச்சத்தை மறைப்பதற்காக மிகையாகச் செயல்களில் ஈடுபட முயலுவதுண்டு. இதனால் மேலும் தவறுகள் ஏற்படும். இவ்வாறு தொடர்ந்து பல பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகள் ஏற்படுவதனைப் பலரது தொழில் அனுபவங்களும் எடுத்துக் காட்டுகின்றன. வேலை செய்வதில் மட்டுமன்றி உடன் வேலை செய்வோர், மேலதிகாரிகள் ஆகியோருடன் கொள்ளும் தொடர்புகளிலும் பல பிரச்சினைகள் ஏற்படுவதுண்டு. இத்தகைய பொருத்தப் பாட்டுப் பிரச்சினைகள் அனைவரது வாழ்விலும் அப்போதைக்குத் தோன்றி மறையக்கூடிய சாதாரணப் பிரச்சினைகளே. ஆனால், ஒருசில சூழ்நிலைகளில் இவையே ஆழ்ந்த உளக் கோளாறுகளுக்கு அடிப்படையாக இருந்துவிடுதலும் கூடும். எனவே, புதிதாக வேலையில் சேரும் அனுபவம் பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகள் குறைந்த ஒன்றாக இருக்குமாறு செய்ய வேண்டிய அவசியம் ஏற்படுகிறது. பல பெரும் நிறுவனங்கள் இவ்வாறு புதிதாகச் சேருபவர்களுக்கு ஒரு குறிப்பிட்ட கால அளவிற்கு இதற்கெனப் பயிற்சியளித்துவருகின்றன. இவ் வேளைகளில் புதிதாகச் சேருவோரிடம் எவ்விதப் பொறுப்பும் உடனடியாக ஒப்புவிக்கப்படுவதில்லை. மாறாகப் புதிதாக வருபவரை நிறுவனத்தின் பிரிவுகள் ஒவ்வொன்றினையும் ஒரு சிறிது காலத்திற்குச் சுற்றிப் பார்க்க நிறுவனம் ஏற்பாடு செய்கிறது. இதனால் முதலில் ஒருவர் நிறுவனம் முழுவதையும் சுற்றி அதனை ஓரளவு புரிந்துகொள்ள முடிகிறது. இதனால் பழக்கமற்ற நிலை கொஞ்சம் கொஞ்சமாகக் குறைகிறது. இவ் வேளைகளில் பொருத்தப்பாடு எளிதாகிறது.

தொழிற்சாலையில் உளநலம் வளர்த்தல்

ஷாப்ஃபர் (Shaffer), ஷோபன் (Shoben) எனும் அறிஞர்கள் தொழிற்சாலைகளில் மூன்று வழிகளின்மூலம் சொந்த, தவறான பொருத்தப்பாடுகளைத் தவிர்க்க அல்லது குறைக்க முடியும் என்று எடுத்துக் கூறுகின்றனர். தொழிலாளர்கள் தங்கள் தொழிற்சாலையில் தங்களுக்கு ஏற்படும் குற்றங் குறைகளையும், வேறு சொந்தப் பிரச்சினைகளையும் தாங்களாக விரும்பி எடுத்துக் கூறி அறிவியற்பாங்கான ஆலோசனை (counseling) பெற ஏற்ற ஆலோசனைப் பணிகளை (counseling services) அமைத்துத் தருதல் இம் மூன்று வழிகளுள்ளும் முதலாவதாகும். இவ்வாறு ஆலோசனையாளரை (counselor) அமர்த்தும்போது பல

முன்னேற்பாடுகளை நாம் மேற்கொள்ள வேண்டிய அவசியம் எழுகிறது. இவ்வாறு ஒருவரது பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினை களுக்கு ஆலோசனை கூறுவது எளிதான செயலன்று. நன்கு உளவியல் கற்றுத் தேர்ந்து உளவியற் பாங்கில் ஆலோசனை கூறுவதற்கான பயிற்சி பெற்றவராலேயே இதனைச் சரிவரச் செய்ய முடியும். இத்தகைய பயிற்சி பெற்ற ஆலோசகர்கள் இன்று நம்மிடையே அரிதே காணப்படுகின்றனர். ஆனல், தொழிற்சாலைகள் இத் துறையில் அக்கறை காட்டத் தொடங்கினுல் இத்தகையோர் எண்ணிக்கை பெருகும் என்பதில் ஐயமில்லை. இரண்டாவதாக, தொழிலாளர்களைத் தேர்ந்தெடுப்பதிலும், வழிப்படுத்துவதிலும், பயிற்சியளிப்பதிலும் உளவியல் நியதிகளைப் பின்பற்றுவதாகும். இம் முறையால் தொழிலாளர்களிடையே தவருன பொருத்தப் பாடுகள் பெருமளவு குறைக்கப்படுவது நிச்சயம். சாதாரணமாக ஓர் தொழிலாளி தனது திறமைக்கு மிகவும் குறைவான வேலை யில் ஈடுபட நேரிடும்போதும், திறமைக்கு மிக அதிகமான வேலையைச் செய்ய வேண்டியபோதும் தனது அக்கறை குறைய, வேலையைச் சமாளிக்க முடியாமல் தவருன பொருத்தப்பாடு களில் ஈடுபடத் தொடங்குகிருன். இதனைத் தொழில் தேர்வும் வழிப்படுத்தலும் பெருமளவு குறைக்கும். இத்தகைய தேர்வும் வழிப்படுத்தலும் தொழிலாளியை முதன் முதலாக நிறுவனத்தில் சேர்த்துக்கொள்ளும் தொடக்கத்தோடு முடிவடைவன அல்ல.

தொழிலாளியைப் பல ஆண்டுகளுக்குப் பிறகு வேறு வேலை களுக்கு மாற்றும்போதும் இப் பிரச்சினைகள் கண்டிப்பாக எழுந்தே தீரும். சான்ருக, காஷியராகப் (cashier) பணியாற்ற இயலாத ஒருவரை இம்முறைகளைப் பின்பற்றிசாதாரணக் கணக் காளராக மாற்ற முடியும். இறுதியாகத் தொழிற்சாலை நிறுவனத் தினர் போற்றத்தக்க மனிதத்துவப் பயன்மதிப்புகளை (human values) வளர்த்துப் பேண வேண்டும். குறிப்பாக, தொழிலாளர் நிறுவனத்தில் பெற்றுள்ள இன்றியமையாமையினை உணர்ந்து அவர்களுக்கு உரிய மதிப்பினை வழங்குதல் வேண்டும். ஏனெனில், ஒவ்வொரு நிறுவனமும் அதனளவில் ஓர் சமூகமாகவே விளங்கு கிறது. அதில் கடைப்பிடிக்கப்படும் நியதிகளே ஒவ்வொரு வரையும் நெறிப்படுத்துவனவாக அமைகின்றன. இத்தகைய நிலையில் நிறுவனத்தின் கொள்கைகள் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட மனிதத் துவப் பயன்மதிப்புகட்குப் புறம்பாக அமையின் தொழிலாளரிடையே உளப் போராட்டமும், மன முறிவும், தோல்வி மனப்பான்மையும், பாதுகாப்பின்மை உணர்வும், சந்தேகமும், கிலியுணர்வும் பெருமளவு கிளர்ந்தெழுந்து அவர் களிடையே பல பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகளைத் தோற்று வித்துத் தவருன பொருத்தப்பாடுகள் பெருக வழி ஏற்படுகிறது.

பகுதி ஆறு

சமூகமும் உளநலமும்

24. சமூகமும் தனியனும்

மக்கள் பலர் ஒன்றுகூடி ஒருசில திட்டவட்டமான உறவு முறைகளின்படி வாழ்க்கை நடத்தும் அமைப்பினையே 'சமூகம்' என்ற சொல்லால் குறிப்பிடுகிறோம். ஒவ்வொருவரும் சமூகத்தின் அங்கங்களாக விளங்குகின்றனர். அதேபோல் சமூகமும் ஒவ்வொருவரது உள வாழ்விலும் பெரும் பங்கு பெறுகின்றது. இவ்வாறு தனி மனிதனுக்கும் சமூகத்திற்கும் இடையே மிக நெருங்கிய உறவு காணப்படுகிறது. இவ் உறவு தனியவர்களது உளநலத்திற்கு அடிப்படையானதாக இருக்கிறது. தனியவர்களுக்கிடையே இசைவான சமூக உறவு முறைகள் நிலவும் வேளைகளில் இச் சூழ்நிலை உளநலமிக்கதாக அமைகிறது. ஆனால், இவ் உறவு முறைகளில் ஏற்படும் பிணக்கங்களும் சிக்கல்களும் உளநலத்தை பாதித்து பலவகைச் சமூகத் தன்மையான கோளாறுகளுக்கு வழி கோலுகின்றன.

சமூகம் பலவகைப்படும். அது குடும்பம், சுற்றுப்புறம், சமுதாயம், சமூக நிறுவனங்கள், பண்பாடு போன்ற பல பாங்கினதாக விளங்கும். இத்தகைய ஒவ்வோர் அமைப்பும் தனக்கேயுரிய சில நெறி துறைகளைக் கொண்டு இருக்கின்றன. எனவே, ஒவ்வொருவரும் இத்தகைய ஒவ்வொரு நிலையிலும் ஒரு சில கட்டு திட்டங்களுக்கேற்ப நடந்துகொள்ள வேண்டியிருக்கிறது. இவையே சமூகப் பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகளாக விளங்குகின்றன. இப்பிரச்சினைகள் அனைத்தும் உரிய வகையில் சமாளிக்கப் படுவதாலேயே ஒருவரிடம் உளநலம் உருவாகிறது ; நீடிக்கிறது ; பாதுகாக்கப்படுகிறது. எனவே, உளநலம் பேண முயல்வதற்குத் துணையாக இச் சமூக அமைப்புகளையும் இவற்றின் வழி முறைகளையும் ஆராய்ந்தறிய வேண்டிய அவசியம் எழுகிறது.

வளர்ச்சியுறும் நாடுகள் பல வகைகளிலும் புதிய புதிய மாறுதல்களுக்குள்ளாகிய வண்ணம் இருக்கின்றன. இத்தகைய மாறுதல் காலங்களில் முனைப்பும், சமூகப் பிறழ்ச்சியும் பெருமளவு ஏற்படுகின்றன. குறிப்பாக அந்நிய ஆட்சிகளிலிருந்து விடு

பட்டுள்ள நாடுகளில் புதிய பண்பாட்டிற்கும், பழைய பண்பாட்டிற்கும் இடையேயும், புதிய பரம்பரையினருக்கும் பழைய பரம்பரையினருக்கும் இடையேயும் போராட்டங்கள் கிளர்ந்தெழுவது இயற்கையே. இத்தகைய வேளைகளில் சமூகத்தின் வரம்புகளும், பயன்மதிப்புகளும் விரைந்து மாறுகின்றன. மேலும் நவீன நாகரிகத்தின் கருத்திற்கேற்ப சமூகத்தில் முன்னேறிச் செல்ல வேண்டும் என எழும் வேட்கை இம் மாறுதல்களின் வேகத்தைப் பன்மடங்கு கூட்டுகின்றது. இதனால் பெற்றோர், பெரியோர் ஆகியோரது வழக்கமான கட்டுப்பாடுகள் பெரிதும் தளர்ந்து அறுபடுகின்றன. மாறிவரும் நவீன நாகரிகத்தின் வேகத்தில் கூட்டாக அமைந்த பெரிய குடும்பங்களும் அவற்றின் கட்டுதிட்டங்களும் உருக்குலைந்து மறைகின்றன. சிறிய குடும்பத்தினால்கூடத் தன் உறுப்பினர் அனைவரிடமும் ஒருமுகமான கட்டுப்பாட்டினை மேற்கொள்ள இயலுவதில்லை. சமூக வளர்ச்சியின் அடிப்படையில் பல்வேறு சமூக அமைப்புகள் தோன்றிய வண்ணம் இருக்கின்றன. இம் மாறுதல்களின் அடிப்படையில் பற்பல பிரச்சினைகள் தோன்றியபடி இருக்கின்றன. இவற்றை முன்கூட்டியே கணித்தறிந்து தடுப்பு நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்வது அவ்வளவாக நடைமுறைக்கொத்ததாக இருப்பதில்லை. பல வேளைகளில் பிரச்சினைகளும் சிக்கல்களும் முற்றுகின்ற வேளைகளிலேயே நாடாள்வோரின் கவனத்தைக் கவர்கின்றன. இத்தகைய பிரச்சினைகள் சமூகத்தினர் அனைவரது உளநலனிற்குமே அறைகூவல்களாகக் காணப்படுகின்றன. திறமை வாய்ந்த தலைவர்கள் தன்னலமற்றுப் பொறுப்புணர்வுடன் துணிகரமாகச் செயல்படுவதனாலேயே இப்பிரச்சினைகள் சமாளிக்கப்படுகின்றன. இவ்வகையில் அரசினர் நேரடியாகச் சமூகத்தின் உளநலனிற்குப் பொறுப்பேற்கின்றனர்.

குடும்பம்

இன்றைய சமூகத்தின் அடிப்படை அலகு குடும்பமே. உயிரியற் குழுவாகவும் பண்பாட்டு அமைப்பாகவும் குடும்பம் விளங்குகிறது. குழந்தைகளைப் பெற்றுப் பாதுகாத்து வளர்க்கின்ற அளவிற்குக் குடும்பத்தினை ஓர் உயிரியற் குழுவாகக் குறிப்பிடுதல் பொருந்தும்; தாங்கள் தோன்றியுள்ள சமூகத்தின் பழக்க வழக்கங்களைப் புதுப்பித்து மாற்றியமைக்கவல்லதாகவும் வெவ்வேறு வகைப்பட்ட மக்கள் பலருடனும் மிக நெருங்கிய தொடர்பினை ஏற்படுத்தித் தரும் களமாகவும் இருக்கின்ற அளவிற்குக் குடும்பத்தினைப் 'பண்பாட்டுக் குழு என்று அழைப்பது பொருத்தமே. பழம் மரபுகளை வருங்காலச் சந்ததியினருக்கு வழங்குவதற்கும், புதியபுதிய பயன்மதிப்புகளை (values) சமூகத்

தில் உருவாக்குவதற்கும் உகந்ததோர் பண்பாட்டுத் தொழிற் கூடமாகக் 'குடும்பம்' இயங்குகின்றது. இவ்வகையில் குடும்பத் தில் நிலவும் நிறுவன அமைப்பும் ஊக்கமும் வரலாற்றுப் பண் பினைப் பிரதிபலிப்பதோடு சமுதாயத்தின் உளநலனிற்கு அடித் தளமாகவும் அமைகின்றன.

முடியாட்சி, குடியாட்சி

குடும்பத்தின் தலைமையினை இரு வகைகளில் பிரித்தறியலாம். இத் தலைமை வகைகள் அவ்வப் பண்பாட்டுச் சூழ்நிலையை ஒத்திருக்கின்றன. முடியாட்சிப் பண்பாட்டில் வாழும் குடும்பத் தலைவன் தன் குடும்பத்தினை முழுவதுமாக அரசிற்குப் பணிந்து இருக்குமாறு செய்கிறான். ஏதேச்சாதிகாரப் பாங்கான பெற்றோர்-குழந்தை உறவு முறைகளை வளர்க்கிறான். ஒழுக்கத்தினைக் கட்டுப் பாடு எனும் அளவிற்குக் கொண்டுவந்துவிடுகிறான். இதனால் ஒழுக்க நியதிகள் உண்மைப் பொருளை இழந்து வெறும் வரட்டுச் சட்டதிட்டமாகத் தென்படுகின்றன. இந்நிலையில் தனியவன் ஒரு பொருட்டாகவே கொள்ளப்படுவதில்லை. தனித்துவத்தை யாரும் கவனிப்பதே இல்லை. ஆனால், இதற்கு முற்றிலும் மாறாகக் குடியாட்சிப் பண்பாட்டில் தனியவனது மதிப்பு வலி யுறுத்தப்படுகிறது. இதனால் குடும்பம் ஓர் சமூகக் குழுவாக உயர்வு பெறுகிறது. பெற்றோர் குழந்தை உறவு முறைகள் ஒருவருக்கொருவர் விட்டுக் கொடுக்கும் தன்மையதாக அமை கிறது. இந்நிலையில் ஒழுக்கம் வழிப்படுத்தல், புரிந்துகொள்ளல் ஆகியவற்றின் அடிப்படையிலேயே ஊக்குவிக்கப்படுகின்றது. குடியாட்சியின் இலட்சியமே சுதந்திர உணர்வுடன் பின்னிப் பிணைந்து கிடக்கிறது. குடியாட்சியின் உயர் நியதி தன்னுரிமையே. குடும்பமாயினும் சரி! சமுதாயமாயினும் சரி! இதுவே உண்மை. சமூகத்தைப் போன்றே வீடும் பற்பல நிருவாகப் (administra-tive) பிரச்சினைகளைச் சமாளிக்க வேண்டியிருக்கிறது. வளரும் குழந்தையினை விலங்காக்கவல்ல தன்னுரிமை உணர்வினின்று எவ்வகையில் கட்டுப்பாட்டுடன் கூடிய வாய்ப்பளிப்பது என்பது இவற்றுள் மிக முக்கியப் பிரச்சினையாக எழுகிறது. வாழ்கின்ற ஒவ்வோர் உயிரியும் இயன்ற அளவு முதிர்ச்சி பெறவே பெரு முயற்சி செய்கின்றன. தன்னுரிமை உணர்வின் ஊக்கமே இவ் வாறான இலட்சிய வளர்ச்சியை அடைவதற்கான உயிரியல் துடிப் பிலேயே ஊன்றியிருக்கின்றது.

குடியாட்சி முறை மேற்கொள்ளப்படும் இல்லங்களிலேயே தனித்துவம் துளிர்க்கிறது. இத்தகைய குடும்பங்களிலேயே ஒவ்வொருவரது தனித்துவமும் முதிர்ச்சி பெற்று முழு வளர்ச்சி

அடைகிறது. இதுவே உளநலப்பாங்கான முறையாகும். குடியாட்சியை முறையாகப் பயன்படுத்தி குடும்பத்தின் ஒவ்வொருவரது ஆளுமையையும் அவ்வவற்றின் இயல்பிற்கேற்ப வழிப்படுத்தி ஊக்குவித்து வளர்ச்சியடையச் செய்ய முடியும். இயல்பான அமைப்புடன் விளங்கும் ஒவ்வொரு குடும்பமும் இவ் உண்மையினை மனத்தில் கொண்டு பெரும் பயன் அடைய முடியும். ஆனால், சிதைவுற்ற குடும்பம் தலைமையையே இழப்பதாக இருக்கிறது. இதனடிப்படையிலேயே பலவகையான உளநலமற்ற நிலைகளுக்கும் வழி செய்வதாகச் சிதறிய குடும்பங்கள் அமைகின்றன.

சிதறிய குடும்பம் (Broken-home)

சீரான குடும்பத்தில் தந்தையே குடும்பத்தை நிருவகிக்கும் தலைவனாக விளங்குகிறார். குடும்பத்தின் இலட்சியங்களுக்கு வழி செய்வதும், குடும்பப் பொறுப்புகளை ஏற்பதும் தந்தையின் கடமையாக இருக்கிறது. நம் நாட்டுச் சூழ்நிலையில் தாயும் குழந்தைகளும் தந்தைக்கு ஏற்பவே நடந்துகொள்கின்றனர். குடும்பத்திற்கான பொருளாதாரத்தையும் தந்தையே முன்னின்று ஈட்டுகிறார்; செலவினங்களையும் அவரே பெருமளவு தீர்மானிக்கிறார். இதனால் குடும்பத்தில் திட்டவட்டமான ஒருங்கமைப்பு நிலவுகிறது; குடும்பத்தில் ஒவ்வொருவரது அங்கமும் (part) நன்கு தீர்மானிக்கப்பட்டதாக இருக்கிறது.

பலவிதமான தவிர்க்க முடியாத காரணங்களால் குடும்பம் திடீரென்று சிதைந்து விடுவதுண்டு. எதிர்பாராத விபத்து, மணமுறிவு, தந்தை அல்லது தாய் வீட்டிலிருந்து சென்றுவிடுதல் போன்ற வேளைகளில் குடும்பம் சீர்குலைந்து சிதறுண்டுவிடுகிறது. இது குடும்பத்தினைப் பெருமளவு பாதித்துவிடுகிறது. குடும்பத்தின் ஒழுங்கு முறை கெடுகிறது. சிதறிய குடும்பத்தில் அமைதி குலைகிறது. குடும்ப உறுப்பினர் ஒவ்வொருவரது ஆளுமையும், உளநலமும் சோதனைக்குள்ளாகின்றன. காப்பு உணர்ச்சியே இக் குடும்பத்தில் காணப்படுவதில்லை. எப்போதும் எதிர்காலத்தைப்பற்றிய நம்பிக்கையின்மையும், கிலியுணர்ச்சியுமே தலைதூக்கி நிற்கின்றன. குடும்பத்தின் ஒருங்கு முறை சிதறிவிடுவதால் பல்வேறு உறவு முறைகளும் பாதிக்கப்படுகின்றன. சமூகத்திலும் இக் குடும்பம் தான் பெற்றுவந்த மதிப்பினைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக இழக்கிறது. குடும்பத்தின் அன்றாட காரியங்கள் மட்டுமன்றி நீண்ட காலக் குறிக்கோள்களும் சிதைவடைகின்றன.

சிதறிய குடும்பத்தின் குழந்தைகளின் உள வளர்ச்சி பெரிதும் பாதிக்கப்படுகின்றன. இச்சூழ்நிலையில் வளரும் குழந்தைகளுக்கு

எடுத்துக்காட்டாக — முன்மாதிரியாக நடந்துகொள்பவர் எவரும் காணப்படுவதில்லை. இதனால் மனிதன்து இயல்பான நோக்குகளும் நடத்தைகளும் குழந்தைக்குத் தென்படுவதில்லை. குடும்ப ஒருங்கு முறையற்ற சூழ்நிலையில் கட்டுதிட்டங்களை அறிந்துகொள்ளவும் அவற்றை மதித்துப் பின்பற்றவும் வாய்ப்பு ஏற்படுவதில்லை. இதனால் முதிர்ச்சியான மனிதப் பயன்மதிப்புகளை உணர்ந்து போற்றிப் பின்பற்றுவதற்குரிய பயிற்சி இக்குழந்தைகளுக்கும் சிறுவர்களுக்கும் அளிக்கப்படுவதே இல்லை. எனவே, இக்குழந்தைகளின் இயல்பான ஆளுமை வளர்ச்சி பிறழ்வு அடைகிறது. சிதறிய குடும்பத்தில் நீடிக்கும் கலவர நிலை சிறுவர்தம் உள்ளத்தில் காப்பின்மையையும், கிலியுணர்வையும் தோற்றுவிக்கின்றன. இயல்பான ஆளுமை வளர்ச்சிக்கு இன்றியமையாத அன்பும் ஆதரவும், உளநலப் பாங்கான உணர்ச்சிகளும் இச்சிறுவர்களுக்கு அரிதே கிட்டுகின்றன. வீட்டில் வெறுப்பும், பகையுணர்வுமே கிளர்ந்தெழுகின்றன. இவை சிறுவர்களிடம் உளநலத்திற்கு ஊறுான பலவகை விரும்பத்தகாத, சமூகத்திற்கெதிரான நடத்தைகளை உண்டாக்குகின்றன. இச் சிறுவர்தம் மெய்ப்பாட்டுச் சமநிலையும் பிறழ்வடைகிறது. சிறுவர்கள் மனம் போன போக்கில் நடந்து கொள்கின்றனர். பணிவு, அடக்கம், அன்புடன் நடப்பது, பொறுமையுடன் இருப்பது போன்ற அடிப்படையான பல பண்புகளும் இவர்களிடம் ஏற்படுவதே இல்லை. எதிர்த்துப் பேசுதல், கீழ்ப்படியாமை, பொய் பேசுதல், ஏமாற்றுதல் போன்ற பலவும் இவர்களிடம் விரைவில் ஏற்பட்டுவிடுகின்றன. இவர்கள் தங்கள் பள்ளிக்கு ஒழுங்காகச் செல்வதில்லை. சுற்றுப்புறங்களில் உள்ள பிற சிறுவர்களுடன் சேர்ந்து நாள் முழுதும் ஊர் சுற்றித் திரிகின்றனர். பள்ளிக்குச் செல்லாதிருப்பதனால் இவர்கள் சுற்றித் திரிய பெரும்பொழுதும் இவர்களுக்கு எளிதில் கிடைக்கிறது. வீட்டில் விளையாடுவதற்கு விருப்பமோ, வசதியோ அற்ற இச் சிறுவர்கள் தங்களுக்கு இவ்வாறு கிடைக்கும் பெரும் பொழுதை உரியவகையில் கழிக்க வகையின்றி சமூகத்திற்கு எதிரான பல குற்றங்களில் ஈடுபடுகின்றனர். இவ்வகையில் இளங் குற்றவாளிகள் உருவாவதற்குப் பெரும் வாய்ப்பாகச் சிதறிய குடும்பம் அமைகிறது.

25. இளம்பருவக் குற்றங்கள்

(Juvenile Delinquency)

இவ்வாறு இளம் பருவத்தில் குற்றங்கள் புரிதல் உளநலமின்மையையே பிரதிபலிக்கிறது. இத்தகைய இளம்பருவக் குற்றங்கள் நம் நாட்டில் இன்று பெருமளவு பரவியிருக்கின்றன. 1959ஆம் ஆண்டில் நம் நாட்டில் 47,925 இளங் குற்றவாளிகளை நீதிமன்றம் விசாரித்திருக்கின்றது. அதற்கடுத்த ஆண்டோ இவர்களது எண்ணிக்கை இன்னமும் 2·8 சதவிகிதம்—49,276 ஆக அதிகரித்திருக்கிறது. 1961ஆம் ஆண்டில் இவர்கள் மேலும் 9·1 சதவிகிதம் அதிகரித்திருக்கின்றனர். 1962ஆம் ஆண்டில் இவர்களது எண்ணிக்கை 53,808 ஆக ·05 சதவிகிதம் அதிகரித்திருக்கிறது. இதற்கடுத்த ஆண்டில் இவர்கள் எண்ணிக்கை 4·6 சதவிகிதம் குறைந்திருக்கிறது. ஆனால், 1964ஆம் ஆண்டிலோ இவர்கள் எண்ணிக்கை கால் பகுதிக்கும் மேலாகப் பெருகியிருக்கிறது ; உண்மையில் இவ்வாண்டில் இவர்கள் எண்ணிக்கை 28·84 சதவிகிதம் அதிகரித்திருக்கிறது. மேலும் 1963ஆம் ஆண்டோடு 1964ஆம் ஆண்டு இளங் குற்றவாளிகள் எண்ணிக்கையை ஒப்பிடுப்போது கேரளாவில் 67·00 சதவிகிதமும், ஆந்திராவில் 36·97 சதவிகிதமும், உத்திரப்பிரதேசத்தில் 32·20 சதவிகிதமும் அதிகரித்துள்ளன.

நகரச் சூழ்நிலை

நகரச் சூழ்நிலையே இளங் குற்றங்கள் மிகுவதற்கு நன்றாக அமைகிறது. இதனாலேயே இளம்பருவக் குற்றங்கள் பெரும் நகரங்களிலேயே பிரச்சினையாக இருக்கின்றன. 1963-ல் இருந்ததைக் காட்டிலும் 1964-ல் இளங் குற்றவாளிகளின் எண்ணிக்கை சென்னை நகரில் 67·30 சதவிகிதமும், ஹைதராபாத்தில் 127·40 சதவிகிதமும் அதிகரித்துள்ளது. மேலும் குறிப்பாகச் சென்னை மாநிலம் முழுதும் கண்டுபிடிக்கப்பட்ட இளங் குற்றவாளிகளின் எண்ணிக்கையை ஆண்டுவாரியாகப் பகுத்து ஆராய்கையில் இவர்களில் பெரும்பான்மையினர் சென்னை நகரினின்று வருபவர்களாகவே காணப்படுகின்றனர். புள்ளி விவரங்களின்படி

1961-ல் நீதிமன்றத்திற்கு அனுப்பப்பட்ட 9,797 இளங் குற்ற வாளிகளில் 4,936 பேர் சென்னை நகரினர். 1962ஆம் ஆண்டில் 9,402 பேர் இளங் குற்றவாளிகளாக விசாரிக்கப்பட்டனர்; இவர் களில் 4,205 பேர் சென்னையினர். 1963ஆம் ஆண்டில் பிடிபட்ட 10,646 இளங் குற்றவாளிகளில் சென்னையைச் சேர்ந்தவர்கள் மட்டும் 5,189 பேர். 1964ஆம் ஆண்டில் சென்னை நகரினின்று கைதான இளங் குற்றவாளிகளின் எண்ணிக்கை 10,138; இவ்வாண்டில் கைதான இம் மாநிலத்தினர் எண்ணிக்கை 15,441. இவ்வாறு இளங் குற்றவாளிகள் எண்ணிக்கை ஆண்டுக்காண்டு அதிகரித்தபடி இருப்பதனைப் புள்ளி விவரங்கள் உணர்த்துகின்றன.

தொழில்மய நாகரிகமும் இளங் குற்றவாளிகளும்

பெரும் நகரங்கள், குறிப்பாகத் தொழில்மய நாகரிகம் பெற்ற நகரங்கள் இளங் குற்றவாளிகள் பெருகுவதற்கு வழி செய்வன வாகவே இருக்கின்றன. இத்தகைய நகரங்களில் குப்பங்களும் சேரிகளும் (slums) மலிந்திருக்கின்றன. தொழிற்கூடங்களும், புகைவண்டி நிலையங்களும், பேருந்து நிலையங்களும், கடைவீதி களும் எப்போதும் மக்கள் நடமாட்டம் மிக்க நெரிசல் மிக்க பகுதி களாகக் காணப்படுகின்றன. மேலும் வேலை வாய்ப்பினை நம்பிப் பல கிராமத்தினரும் தினமும் நகரை நோக்கி நகர்ந்தபடி இருக் கின்றனர். இவ்வாறு நகர் புகுவோரில் பலருக்கு வேலை வாய்ப்பே கிடைப்பதில்லை. ஒரு சிலருக்குப் பகுதி நேர வேலைகளே கிடைக் கின்றன. இவர்கள் அனைவரும் வாழ வகையறியாது, தங்கள் காலத்தைப் பயன்படுத்த முடியாது பலவிதமான தீமைகளையும் கற்றுக்கொள்கின்றனர். இவை குற்ற நடத்தையைப் பெருக்கு கின்றன. இத்தகைய குற்றங்கள் வயதிற்கேற்ப மாறுபடுகிறது. பொதுவாக 18 வயதிற்குட்பட்டோர் இத்தகைய குற்றங்களில் ஈடுபடும்போது அவர்களை இளம் பருவக் குற்றவாளிகள் என்கி றோம். இவ் வயதிற்கு மேற்பட்டோரைக் குற்றவாளிகள் என்று குறிப்பிடுகிறோம்.

இளம் பருவக் குற்றங்கள்பற்றிய ஆய்வுகள்

ஹார்வேர்டு (Harward) சட்டப் பள்ளியின் பேராசிரியர் ஷெல்டன் குலிக்கும் (Sheldon Glueck) அவர்தம் மனைவியாரும் 500 இளங் குற்றவாளிகளை 500 சாதாரணச் சிறுவருடன் ஒப் பிட்டு இருதிறத்தாருக்கும் இடையே உள்ள வேறுபாடுகளை அறிந்து எடுத்துக் கூறியுள்ளனர். பத்து ஆண்டுகள் தொடர்ந்து நடைபெற்ற இவ் ஆய்வுகளின் முடிவுகள் இளங் குற்றவாளிகள் பற்றிய பற்பல உண்மைகளைத் தெளிவுபடுத்தியுள்ளன.

இளங் குற்றவாளிகள் திட உடல் பெற்றோராக இருக்கின்றனர். செயலில் ஈடுபடத் துடிக்கும் உரம் வாய்ந்த தசைகள் கொண்டவர்களாக இவர்கள் உள்ளனர். மேலும் அமைதியற்றவர்களாகவும், ஆற்றல் மிக்கவர்களாகவும், துடிப்பு மிகுந்தவர்களாகவும், ஆக்கிரமிப்பும் பாழ்படுத்தும் விருப்பமும் மிக்கவர்களாகவும் இவர்கள் இருக்கின்றனர். பெரும்பாலும் இவர்கள் வருந்திய வண்ணம் உள்ளனர். பகையுணர்வும், துடுக்குத்தனமும், ஆற்றலும் வருத்தமும் மிக்க இவர்கள் ஐயமிக்கவர்களாகவும், அழுத்தம் மிக்கவர்களாகவும், தங்கள் விருப்புகளையே வலியுறுத்தியபடி இருப்பவர்களாகவும், துணிகரமானவர்களாகவும், தன் போக்கில் செயல்களில் ஈடுபடுபவர்களாகவும், ஆதிக்கத்திற்குப் பணியாதவர்களாகவும் இருக்கின்றனர். இவர்கள் குறியீடுகள்வழிச் சிந்திக்கும் திறன் அற்றவர்கள்; எதனையும் நேரில் உள்ளவாறே—உள்ளது உள்ளபடியே இவர்களால் சிந்திக்க முடியும்.

எந்த ஒரு பிரச்சினையையும் இவர்கள் முறைப்படி அணுகுவதில்லை. இவர்கள் பிறழ்வான சமூக, பண்பாட்டுச் சூழ்நிலையினின்று வருபவர்களாகக் காணப்படுகின்றனர். இவர்கள் குடும்பங்களில் ஒருவரையொருவர் புரிந்துகொள்வதில்லை. அன்பு என்பதே காணப்படுவதில்லை. இக் குடும்பங்கள் நிலையானவையாகவே இருப்பதில்லை. இவர்கள் குடும்பங்களில் ஒழுக்க நியதிகள் பின்பற்றப்படுவதில்லை. இவர்கள் பெற்றோர் இச் சிறுவர்களுக்கு ஓர் முன் மாதிரியாக நடந்துகொள்ள அருகதையற்றவர்களாகக் காணப்படுகின்றனர். எனவே, இவர்கள் உரிய முறையில் இச் சிறுவர்களைப் பேணிப் பாதுகாக்கவோ வழிப்படுத்தவோ முயலுவதில்லை; இயலுவதும் இல்லை. மேற்கூறிய காரணங்கள் பலவும் இணைந்து காணப்படும் வேளைகளில் இளம் பருவக் குற்றவாளிகள் தோன்றப் பெரும் வாய்ப்பு உண்டாகிறது.

எத்தகைய சிறுவர்கள் இளங் குற்றவாளிகளாக மாறக்கூடும் என்று அவர்களின் பெற்றோர், பண்புகள், ஆளுமை ஆகிய மூன்று காரணிகளின் அடிப்படையில் முன்பாகவே கண்டறிய இயலும் என்பதையும் பேராசிரியர் குலிக்கின் ஆய்வுகள் சுட்டிக் காட்டியுள்ளன.

பெற்றோர்

பெரும்பாலான் இளங் குற்றவாளியாக மாறக்கூடிய சிறுவர்களின் தந்தை கட்டுப்பாடற்றவராக, அல்லது கட்டுப்பாடு மிகக் கொண்டவராகக் காணப்படுகிறார்; அல்லது இத்தகையோரின் தாய் இவர்களைத் தங்கள் விருப்பம்போலெல்லாம் செயல் புரிய அனுமதிப்பவளாக இருக்கிறாள்; அல்லது இத்தகைய

சிறுவர்களின் பெற்றோரில் ஒருவர்—தாயோ, தந்தையோ—இவர்களை மெய்ப்பாட்டுப் பாங்காகப் புறக்கணிப்பவராக இருக்கிறார்; அல்லது சிறுவனுக்கு வீட்டில் ஈடுபாடு இருப்பதே இல்லை.

பண்புகள்

சமூகப் பழக்கங்களைப் பொறுத்தவரை இளங் குற்றவாளியாக மாறக்கூடிய சிறுவன் வலியுறுத்துபவனாக இருக்கிறான்; துடுக்கானவனாகவும், ஐயமிக்கவனாகவும், பாழ்படுத்துபவனாகவும், துடிப்பு மிக்கவனாகவும் இருக்கிறான்.

ஆளுமை

இளங் குற்றவாளியாக மாறக்கூடிய சிறுவன் துணிவு மிகுந்தவன்; புறமுக ஆளுமை கொண்டவன். எளிதில் பிறர் கூறும் கருத்துகளை ஏற்றுக்கொள்ளக் கூடியவன். இவனது மெய்ப்பாட்டு நிலை அடிக்கடி மாறுவதாக இருக்கிறது. இத்தகைய சிறுவன் எப்போதும் பரபரப்பு மிக்கவனாக இருக்கிறான். விருப்பப்படி எல்லாம் நடக்கிறான். எளிதில் பிறர் சொல்படி கேட்டுக் கொள்கிறான். இவனிடம் எப்போதும் உளப் போராட்டங்கள் பல காணப்படுகின்றன.

நம் நாட்டு ஆய்வுகள்

நம் நாட்டிலும் இளங் குற்றவாளிகள்பற்றிப் பல ஆய்வுகள் நடந்துள்ளன. சேலத்தில் சென்னை துப்பறியும் இலாக்காவின் காவல் ஆராய்ச்சி நிலையத்தினர் இளங் குற்றவாளிகள் பற்றிய ஆய்வு ஒன்றினை நடத்தியுள்ளனர். 1955ஆம் ஆண்டினின்று 1966ஆம் ஆண்டுவரை நிகழ்ந்துள்ள இளம் பருவக் குற்றங்களை ஆராய்ந்து இவர்கள் வெளியிட்டுள்ள புள்ளி விவரங்கள் நம் நாட்டுச் சூழ்நிலையைப் பிரதிபலிப்பதாக அமைகின்றன. சேலம் நகரில் இவ்வாண்டுகளில் காணப்பட்ட இளங் குற்றவாளிகளில் 90 சதவிகிதத்தினர் ஆண்கள்; 10 சதவிகிதத்தினரே பெண்கள் இவ்விளங் குற்றவாளிகள் புரிந்த குற்றங்களில் 75 சதவிகிதம் திருட்டுகள் ஆகும். திருட்டுக்கு அடுத்தபடியாக அதிகமாகக் காணப்படும் குற்றம் பூட்டுடைத்தல் ஆகும். இளங் குற்றவாளிகளில் 72 சதவிகிதத்தினர் சேரிகளினின்று வந்தவர்களாவர். மேலும் 11 சதவிகிதத்தினர் ஏனைய நெருக்கடிமிக்க பகுதிகளினின்று வருகின்றனர். இவர்களில் 67·60 சதவிகிதத்திற்கும் மேற்பட்டோர் பெரிய குடும்பங்களினின்று வருபவர்களாக இருக்கின்றனர். அதாவது இவர்கள் குடும்பங்கள் ஒவ்வொன்றிலும் ஆறுக்கு மேற்பட்ட குடும்ப உறுப்பினர் வாழ்கின்றனர். 51 சதவிகிதத்தினர் சிதறிய குடும்பத்தினராக இருக்கின்றனர்.

பொருளாதார நிலையைப் பொறுத்தவரை 61·40 சதவிகிதத்தினர் 75 ரூபாய்க்கும் குறைந்த மாத வருவாய் கொண்ட குடும்பத்தினின்று வருகின்றனர். இவர்களில் 77·60 சதவிகிதத்தினர் குடும்பப் பொருளாதார நிலையை அல்லது தன் சொந்தச் செலவுகளை முன்னிட்டு ஏதாவது வேலை தேடவேண்டிய கட்டாயத்திற்குள்ளானவர்களாக இருக்கின்றனர். 65·20 சதவிகித இளங் குற்றவாளிகள் தீய நட்புக் கொண்டவர்களாகக் காணப்படுகின்றனர். சேலம் மாவட்டம் முழுவதையும் எடுத்துக்கொண்டால், இங்கு நடைபெற்ற சொத்துகளைப்பற்றிய குற்றங்களில் 10 சதவிகிதம் இளங் குற்றவாளிகளால் நடைபெற்றதாகவே இருக்கிறது. இளங் குற்றவாளிகளில் பெரும்பான்மையினர் குமரப் பருவத்தின் இறுதிநிலையினராக 18-லிருந்து 21 வயதுவரை உடையோராக இருக்கின்றனர். இவர்களுக்கடுத்தபடியாக 12 வயதிலிருந்து 16 வயதுவரை உள்ள சிறுவர்களே பெரும்பாலும் இளம் பருவக் குற்றங்களில் ஈடுபடுகின்றனர்.

இளம் பருவக் குற்றங்களைத் தவிர்த்தல்

இளம் பருவக் குற்றநிலை பற்பல காரணங்களின் அடிப்படையில் ஏற்படுவதனையே இதுவரை குறிப்பிட்டுள்ள ஆய்வுகள் வலியுறுத்துகின்றன. ஆனால், இப் பல்வேறு காரணங்களும் ஓர் அடிப்படையான தனிப் பெருங்காரணத்தினின்றே வேரிட்டுக் கிளம்புகின்றன. இன்றைய உளநலவியல் அறிவின் அடிப்படையில் குடும்பத்தில் குழந்தைக்கும் அதன் பெற்றோருக்கும் இடையே உள்ள உறவில் ஏற்படும் கோளாறுகளே இத்தகைய குற்றங்களுக்கு வழிகோலுகின்றன என்று நாம் துணிந்து கூறமுடியும். குலிக் இளம்பருவக் குற்றங்களைத் தவிர்க்க உளநலவியல், சமூகப் பணி, கல்வி, உண்மையியல் போன்ற பல துறையினரும் குடும்ப வாழ்வைச் சீர்படுத்தி திடப்படுத்துவதற்காக ஒன்றுபட்டு முயல்வதே சிறந்த வழி என்று உறுதியாக நம்புகிறார். இங்கிலாந்திலும், அமெரிக்க ஐக்கிய நாடுகளிலும் நடைபெற்ற ஆய்வுகள் கைவிடப்பட்ட, கீழ்நிலைப் பொருளாதாரத்தைச் சேர்ந்த சாலையோரச் சிறுவர்களே பெரிதும் இளங் குற்றவாளிகளாக மாறுகின்றனர் என்பதனை ஒருமுகமாக எடுத்துக் கூறுகின்றன. இத்தகைய நிலைக்கு முதியோரின் பராமரிப்பும், பெருகிக் கிடக்கும் ஓய்வு நேரத்தை உரிய முறையில் பயனுள்ளவகையில் செலவிடுவதற்கான வாய்ப்புகளும் வசதிகளும் இல்லாமையே காரணமாக அமைகிறது.

சிறுவர் கழகங்கள்

இவ் உண்மையின் அடிப்படையில் உளநலமற்ற சமூகப் போக்கினை மாற்ற முயல்பவையாகச் சிறுவர் கழகங்கள் அமைக்-

கப்படுகின்றன. இவ்வகையில் சிறுவர் கழகங்கள் சிறந்ததோர் நிறுவனமாகப் பணி செய்கின்றன. காவல் துறையினர் பொது நலப் பணியினருடன் இணைந்து இத்தகைய கழகங்களை ஏற்படுத்து கின்றனர். கீழ்நிலைப் பொருளாதாரத்தினர் நெரிசல் மிக்கு வாழும் சேரி போன்ற பகுதிகளில் இச் சிறுவர் கழகங்கள் தோற்று விக்கப்படுகின்றன. இக் கழகங்களில் பொழுதுபோக்குக் கருவிகள் பலவும் இலவசமாக இவர்களுக்குக் கிடைக்கின்றன. கால்பந்து, கேரம் போர்டு (Carrom Board), செஸ் (Chess) போன்ற பல விளையாட்டு வசதிகளும் இக் கழகங்கள் வழியாக வசதியற்றோர் சிறுவர்களுக்கு எளிதில் கிட்டுகின்றன. இக் கழகங்கள் சுற்றுப் புறச் சிறுவர்தம் அக்கறையைக் கிளரி கவனத்தைக் கவர்வன வாக அமைக்கப்படுகின்றன். தங்கள் வீட்டிலும் சமூகத்திலும் பெறத் தவறிய அன்பினையும் ஆதரவினையும் இக் கழகங்களில் இவர்கள் பெற வாய்ப்புக் கிடைக்கிறது. கருத்தளவில் இத்தகைய கழகங்கள் நூறு ஆண்டுகட்கு முன்பே திட்டமிடப் பட்டுவிட்டன என்றாலும் கடந்த 50 ஆண்டுகளாகவே இவை பலவிடங்களிலும் நடைமுறைக்குக் கொண்டுவரப்பட்டுள்ளன. சென்னை மாநிலத்தில் 1958 ஆம் ஆண்டிலிருந்து இத்தகைய சிறுவர் கழகங்கள் அரசினர், பொதுமக்கள் ஆதரவுடன் ஏற்படுத்தப்பட்டு வெற்றிகரமாக இயங்கி வருகின்றன. இன்று இம் மாநிலத்தில் 30-க்கும் மேற்பட்ட சிறுவர் கழகங்கள் வெவ் வேறு இடங்களில் வெற்றிகரமாக இயங்கிவருகின்றன. இவ் வகையில் இவை இளங் குற்றவாளிகளாக மாறக்கூடிய சிறுவர் களிடம் சமூகப்பாங்கான போக்கினைத் தோற்றுவித்துப் பொறுப்பு மிக்க குடிமக்களாகப் பயிற்சி பெறப் பெருமளவு உதவிவரு கின்றன.

குற்றவாளிகள் (Criminals)

இந்திய அரசின் புள்ளிவிவரங்கள் நம் நாட்டில் குற்றங்கள் எவ்வளவிற்குப் பரவியுள்ளன என்பதனை எடுத்துக்காட்டுகின்றன

ஆண்டு	கண்டுபிடிக்கப் பட்ட குற்றங்கள்	மதிப்பிடப்பட்ட மக்கள் தொகை (மில்லியனில்)	ஓர் இலட்ச மக்கள் தொகைக்கான விகிதம்
1961	6,26,651	437·7	143·0
1962	6,76,466	453·1	148·9
1963	6,58,830	459·1	143·6
1964	7,59,013	475·2	159·6
1965	7,51,615	486·9	154·4
1966	7,94,733	498·7	159·4

பொதுவாக, கடந்த ஐந்து ஆண்டுகளில் கள்ள நோட்டுக் குற்றங்களே பெரிதும் அதிகரித்துள்ளன. 1961-ல் 445 வழக்குகளாயிருந்த இக் குற்றங்கள் 1966-ல் 920 ஆக 91·4 சதவிகிதங்கள் அதிகரித்துள்ளன. இரண்டாவதாகக் 'குற்ற இயல்பான நம்பிக்கையைத் தவிர்த்தல்' (Criminal Breach of Trust) வழக்குகள் அதிகரித்துள்ளன. இவை 16·5 சதவிகிதம்—அதாவது 16·895-லிருந்து 25·524 ஆக அதிகரித்துள்ளன. மூன்றாவதாக, கலவரங்கள் (Riots) அதிகரித்துள்ளன. இக் கலவரங்கள் 15·6 சதவிகிதம், 27·199-லிருந்து 38·887 ஆக அதிகரித்துள்ளன. சாதாரணத் திருட்டுகள் 2,13,001–லிருந்து 3,16,617 ஆகவும், கொள்ளைகள் 6,423–லிருந்து 9,555 ஆகவும் (12·7%) அதிகரித்துள்ளன.

மாநிலவாரியாக ஆராயும்போது 8 பெரும் நகரங்களில் கீழ்க் காணும் வகையில் குற்றங்கள் காணப்படுகின்றன:

நகரங்கள்			இலட்சம் மக்களுக்கான விகிதத்தில்
அகமதாபாத்	...	...	219·7
பெங்களூர்	...	...	309·3
பம்பாய்	...	...	557·6
கல்கத்தா	...	...	678·4
டில்லி	...	...	504·6
ஐதராபாத்	...	...	184·5
கான்பூர்	...	...	527·3
சென்னை	...	...	551·4

சிறையில் இடப்படும் அளவிற்குப் பெருங் குற்றம் செய்துவிடும் வேளைகளில் தனியவனது சமூக வாழ்வே பெரிதும் பாழ்பட்டுவிடுகிறது. இதனடிப்படையில் ஒருவனது மெய்ப்பாட்டுச் சமநிலை தலை பிறழ்கிறது; நடத்தையில் மாறுதல்கள் ஏற்படுகின்றன. மேலும் சிறையிலிடப்படுவதனால், அவன் தன் நண்பர்கள், குடும்பத்தினர் ஆகியோருடன் கொண்டிருந்த உறவு முறைகளும் பாதிக்கப்படுகின்றன. இது அவனது சமூக வாழ்விற்கு விடப்படும் அறைகூவலாகவே தென்படுகிறது. நீதிமன்றத்தில் தண்டிக்கப்பட்ட நிலையில் ஒருவன் தன் இயல்பான சமூக வாழ்வினின்று திடீரென்று பிரித்தெறியப்படுகிறான். இத்தகைய சமூக வாழ்விற்கு அவன் மீள அதிக அளவு காலம்—15 வாரங்களிலிருந்து 15 வருடங்கள்வரை—அவனது குற்றத்தின் தன்மைக்கேற்றவாறு தேவைப்படுகிறது. சிறை புகும் ஒருவனது தண்டனைக் காலம்

நிறைவுறும்போது அவனை விடுதலை செய்வதுபற்றி ஆலோசிக்கப் படுகிறது. இந்நிலையில் அவனை எண்ணற்ற பெரும் பிரச்சினைகள் சூழ்கின்றன. அவன் தான் வாழ்வில் தோல்வியடைந்துவிட்ட தாகக் கருதுகிறான். வெட்கமும் வேதனையும் அவனிடம் பிறிடு கின்றன. அவன் தன்மதிப்பினை இழக்கிறான். தனது பழைய குற்றத்தை எண்ணி அவன் தன் பழைய சமுதாயத்தை அடைய அஞ்சுகிறான். தன்னந் தனியனாக விடப்பட்டுவிட்டதாகக் கருது கிறான். சில வேளைகளில் உண்மையிலேயே அவன் குடும்பம் மறைந்துபோயிருப்பதும் உண்டு. வேறு சில வேளைகளில் அவனது குடும்பத்தினரே அவனை நிராகரிக்கலாம். அவனது குடும்பமே அவனிடம் பகைமை பாராட்டலாம். இவையன்றி வேலையற்றிருக்கும் அவன் பொருளாதார நிலையிலும் பிறரைச் சார்ந்து இருக்க வேண்டியிருக்கிறது.

இவ்வாறு சிறையினின்று சமூகத்திற்கு மீளும் ஒருவனை ஆபத்தும் கிலியுணர்வும் சூழ்ந்திருக்கிறது. இதனாலேயே சிறையி லிருந்து வெளி வந்தவர்கள் பலர் மீண்டும் தகுந்த பொருத்தப் பாடு கொள்ள இயலாமல் திரும்பவும் புதிதாகக் குற்றத்தில் ஈடு பட்டுச் சிறை திரும்புகின்றனர். இவ் உண்மையைப் பல ஆராய்ச்சி யாளர்களும் வலியுறுத்தியுள்ளனர். இது சமூகத்தில் நிலவும் சீர்கேட்டையே பிரதிபலிக்கிறது. குற்றங்களைத் தவிர்க்க ஏற்ற முறைகளை இன்னமும் சமூகம் நன்கு பயன்படுத்திக் கொள்ளாமல் இருப்பதனையே இவ்வாறு சிலர் திரும்பத் திரும்பக் குற்றங்களில் ஈடுபடுவது எடுத்துக் காட்டுகிறது. சீர்திருத்தப் பள்ளிகள், நெறிப்படுத்தும் நிலையங்கள், சிறைகள் ஆகியவற்றில் புதைந்து கிடக்கும் நுண் முறைகளைச் சமூகம் இன்னமும் முழுமையாகப் பயன்படுத்திக்கொள்ளத் தவறுவதனையே இந்நிலை குறிப்பிடுகிறது. கைது செய்தல், நீதி விசாரணை, சிறையிடல் ஆகியவை மூலமே ஒருவனைச் சீர்திருத்தி சமூகத்திற்குரிய பொருத்தப்பாட்டுடன் நடந்துகொள்ளச் செய்துவிடுதல் என்பது இயலாததொன்று என்பதனை இன்று பலரும் உணர்ந்து வருகின்றனர்.

கைதிகளில் எவர் எவர்களைப் புனர் வாழ்விற்குத் தயார் செய்ய முடியும்? எவர் எவரைத் தயார் செய்ய இயலாது? ஏன்? என்ற கேள்விகளுக்கு இத் துறை அறிஞர்கள் விடை காணப் பெரிதும் முயன்று ஓரளவு வெற்றியும் கண்டுள்ளனர். நார்மன் ஃபென்டன் (Norman Fenton) 29 சதவிகித கைதிகள் பயிற்சிக்கு அல்லது வேலைக்கு ஏற்றவர்களாக இருப்பதாயும், 55 சதவிகிதத்தினர் சாதாரணமானவர்களாய் இருப்பதாயும், எஞ்சிய 16 சதவிகிதத்தினர் பயனற்றவர்களாய் இருப்பதாயும்

கண்டுள்ளார். மேலும் இவர், இவர்களில் 5-லிருந்து 10 சதவிகிதத்தினர் மிகக் கடுமையானவர்களாயும், மெய்ப்பாட்டு இடையூறுகள் மிக்கவர்களாயும், ஆதிக்கம் மிக்கு ஒத்துழைக்க மறுப்போராயும் இருப்பதாகக் குறிப்பிடுகிறார்.

ஆளுமை நிரல் ஒன்றைப் பயன்படுத்தி இளங் குற்றவாளிகளையும், சாதாரணச் சிறுவர்களையும் ஒப்பிட்ட இந் நூல் ஆசிரியர் இளங் குற்றவாளிகள் பிறரைக் காட்டிலும் அதிக அளவிற்கு மெய்ப்பாட்டுச் சமநிலையற்று இருப்பதனைக் கண்டுள்ளார். அதேபோல் இதே நூல் ஆசிரியர் இளங் குற்றவாளிப் பெண்களைச் சாதாரணப் பெண்களுடன் ஒப்பிட்டதிலும் இது போன்ற முடிவினைக் கண்டுள்ளார். இந் நூலாசிரியர் நடத்திய இன்னுமோர் ஆய்வும் இதே முடிவுகளையே வலியுறுத்துகின்றன. இவ்வாய்வில் கீழ்க்கண்ட உண்மைகள் வெளியாகி இருக்கின்றன:

1. சூழ்நிலையிலிருந்து ஏற்படும் துன்பங்கள் எதிரிடும்போது இளங் குற்றவாளிச் சிறுவர்கள் ஆக்கிரமிப்பு மிக்கு நடந்துகொள்கின்றனர் ; சாதாரணச் சிறுவர்களோ கிலியுணர்வுடன் நடந்துகொள்கின்றனர்.

2. இளங் குற்றவாளிச் சிறுவர்கள் பொதுவாகவே வெறுப்பு நிறைந்தவர்களாகவும், எதிர்த்து நடந்துகொள்பவர்களாகவும், பலாத்காரத்தில் ஈடுபடுபவர்களாகவும், தற்கொலை எண்ணங்கள் கொண்டவர்களாகவும், காப்புணர்ச்சியற்றவர்களாகவும், தோல்வி உணர்வு கொண்டோராகவும் இருக்கின்றனர். சாதாரணச் சிறுவர்களோ எதிர் கால நம்பிக்கை கொண்டோராயும், தன்னம்பிக்கை கொண்டோராயும் இருக்கின்றனர்.

மேலும் இதே ஆசிரியர் வேறோர் ஆய்வில் இளங் குற்றவாளிச் சிறுவர்களிடம் ஏனைய சிறுவர்களைக் காட்டிலும் ஏற்கெனவே ஏற்பட்டுவிட்ட பழக்கப் போக்கினைத் தகர்க்கும் ஆற்றல் குறைந்திருப்பதாகக் கண்டுள்ளார். குறிப்பாக இளங் குற்றவாளிகளைத் திருத்தி புனர் வாழ்வு ஊட்ட முயலும் ஒவ்வொருவரும் இவ் உண்மையை உணர வேண்டும்.

மூளையிலிருந்து வரும் மின்சக்திக்கும் குற்ற நடத்தைக்கும் தொடர்பிருப்பதனையும் ஆய்வுகள் எடுத்துக் காட்டியுள்ளன. ஹோட்ஜ், வால்டர் (Hodge and Walter) எனும் அறிஞர்கள் பிரிஸ்டல் (Bristol) சிறையில் 1953-ல் மின் கருவியினைப் பயன்

படுத்தி (Electro-enchalography) இளங் குற்றவாளிகளின் மூளை அலைகளை ஆராய்ந்ததில் அவர்களில் 84 சதவிகிதத்தினரது மூளை. அலைகள் பிறழ்வானவையாக இருப்பதாகக் கண்டுள்ளனர்.

சீர்திருத்த முறைகள்

மேற்கூறிய ஆய்வுகள் பலவும் பல வகையான சீர்திருத்த முறைகளை வலியுறுத்துகின்றன. இவ்வாய்வு முடிவுகளின் அடிப் படையில் பலவகைப்பட்ட சீர்திருத்த முறைகளும் உரிய வகை யில் ஒருமுகப்படுத்துவதனுலேயே சமூகத்தில் ஏற்படும் குற்ற நடத்தைகளை முளையிலேயே கிள்ளி எறிய முடியும் என்று திட்ட வட்டமாகக் கூற இயலும்.

அரசினரும் சமூக சேவையாளரும் குற்றவாளிகளை நெறிப் படுத்த பல நிறுவனங்களை நிறுவியுள்ளனர். இத்தகைய நிறு வனங்கள் உளவியல் நியதிகளை உரிய வகையில் பயன்படுத்திச் சிறந்த முறையில் தங்கள் முயற்சிகளில் வெற்றி பெற முடியும். குறிப்பாக, தண்டனைக் காலத்தை குற்றவாளியைத் தண்டிப்பதற் கான ஒன்று என்று கருதுவதைத் தவிர்த்து அதனைச் சீர்திருத்தப் பயிற்சிக்கான காலமாகக் கருதுதல் அவசியம். ஒவ்வொரு குற்ற வாளியின் சொந்த வாழ்க்கை வரலாற்றையும் கவனத்துடன் சேகரித்து, அலசி ஆராய்ந்து குற்ற நடத்தையின் அடிப்படைக் காரணத்தைக் கண்டு களைய இந் நிறுவனங்கள் பெரு முயற்சி செய்தல் சிறப்பு. இன்றைய சமூக அறிவியல்கள் — குறிப்பாக மருத்துவம், உள மருத்துவம், உளவியல், கல்வி, தொழில் நெறிப் படுத்தல், பொழுதுபோக்கு போன்றவற்றின் நுணுக்கங்களை உணர்ந்து குற்றவாளியிடம் காணப்படும் சமூகக் கோளாற்றினை அடியோடு நீக்க இந் நிறுவனங்கள் பெரிதும் உதவ முடியும். இவ்வாறு சிறைகள், அரசினர் அனுமதி பெற்ற நிறுவனங்கள், இளங் குற்றவாளி சீர்திருத்தப் பள்ளிகள், சமூக சேவை நிறு வனங்கள் குற்றவாளிகளைச் சிறந்த பொறுப்புள்ள குடிமக்களாக மாற்ற உதவமுடியும்.

இன்றைய பண்பாட்டுச் சூழ்நிலையில் மக்கள் ஒவ்வொருவரும் ஒவ்வொரு நிறுவனங்களில் உறுப்பினராக இருக்கின்றனர். ஒரு வரே பல நிறுவனங்களில் உறுப்பினராக இருப்பதும் உண்டு. எனவே, ஒவ்வொருவரது சமூக வாழ்விலும் இந் நிறுவனங்கள் பெரும் முக்கியத்துவம் பெற்று விளங்குகின்றன. இந் நிறுவனங் கள் ஒவ்வொருவருக்கும் தனித்தனியாக ஆலோசனை கூறி நெறிப் படுத்துதல் எளிதான செயலே. தொழிலாளி-மேற்பார்வை யாளர், மாணவர்-ஆசிரியர், தொண்டர்-தலைவர் போன்ற

எண்ணற்ற சூழ்நிலைகளில் இத்தகைய தனிப்பட்ட ஆலோசனை மிக்க பயன் விளைவிக்கும். எனவே, பொதுவான சமூக வாழ்வே இவ்வகையில் குற்றவாளிகளை வழிப்படுத்தி நெறிப்படுத்த முடியும்.

பெரும்பாலான குற்றவாளிகள் தங்கள் குழந்தைப் பருவ வாழ்வில் பெற்றோர் அல்லது அவர்களை ஒத்தோர் ஆதிக்கமிக்கு அதிகாரப் போக்குடன் (authoritative) நடந்து கொண்டதனால் ஏற்பட்ட ஆளுமை பாதிப்புகளாலேயே இத்தகைய குற்ற நடத்தையில் ஈடுபடுகின்றனர். இத்தகைய அதிகாரப் போக்குச் சிறை அதிகாரிகளிடம் மீண்டும் காணப்படும் வேளையில் குற்றவாளிகளிடம் ஏற்கெனவே தோற்றுவிக்கப்பட்ட மெய்ப்பாட்டுக் கோளாறுகள் திடப்படுத்தப்பட்டு மீண்டும் கிளர்ந்தெழுகின்றன. இதனால் குற்றவாளி திருந்துவது இன்னமும் கடினமாகிறது. எனவே, குற்றவாளிகளைச் சீர்திருத்திப் பொதுமக்களுக்குப் பாது காப்பளிப்பதனை நோக்கமாகக்கொண்ட சிறையமைப்பு, இவ் வேளைகளில், குற்றவாளியின் பீதியையும் சமூகத்திற்கு எதிரான நோக்குகளையும் மீண்டும் வளர்த்துப் பொதுமக்களது பாது காப்பினைக் குலைப்பதாகச் செயல்பட்டுவிடுகிறது. இதனை சிறையதிகாரிகள் மனத்தில் இருத்தி உரிய வகையில் கைதிகளை நடத்தவேண்டும். ஆதிக்கப் போக்கினையும், அதிகாரத்துவ நோக்கினையும் நீக்கி, அன்புடனும் ஆதரவுடனும் அதிகாரிகள் நடந்துகொள்ள வேண்டும்.

சிறையதிகாரிகள்மட்டுமன்றிக் காவல்துறையினரும் உளவியல் நியதிகளுக்கேற்பத் தங்கள் நோக்குகளையும் நடத்தையையும் மாற்றியமைத்துக்கொள்ள வேண்டியிருக்கிறது. பொதுவாகவே காவல் துறையினர் பழம் கைதிகளைக் தொடர்ந்து கண்காணித்து வருகின்றனர். ஒருசில நகரங்களில் ஒரு முறை தண்டனை பெற்ற கைதி விடுதலை பெற்ற பின்பும் காவற்றுறையில் தங்கள் பெயர் களைப் பதிவு செய்துகொண்டிருக்க வேண்டுமென்ற கட்டாயம் காணப்படுகிறது. இதனால் பெருங் குற்றங்கள் ஏற்பட்டவுடன் இவர்கள் உடனே மீண்டும் அழைக்கப்பட்டு விசாரிக்கப்படுகின்ற னர். இது உளநலப் பாங்கான முறையன்று. திறமையற்ற காவலதி காரிகள் சிலர் இதனைத் தவறான வகையில் பயன்படுத்திக்கொள்ள முற்படுவதும் உண்டு. இவ்வாறு திருந்திய பின்னும் சந்தேகிக்கப் பட்டுப் பின் தொடரப்படுவது விடுதலை பெற்றவரிடம் பாதுகாப் பற்ற உணர்வை வெகுவாகப் பதிக்கிறது. இது சமூகத்தின்மேல் கொண்ட பகைமையையும் வெறுப்பினையும் புதுப்பித்துக் கொள்ளவே வழி செய்கிறது. இதனால் ஒரு முறை குற்றம் புரிந்தவன்கூட வாழ்வில் நிம்மதி கொள்வதென்பது அரிதாகிறது ; திருந்தி பொறுப்புமிக்க குடிமகனாக மாறுவதும் கடினமாகிறது.

பொதுமக்கள் கருத்தில் குற்றம் புரிந்தவர்களைத் தனித்த ஓர் இனமாகக் கருதும் போக்கினையும் களைய வேண்டியது மிகமிக அவசியம். பலர், குற்றம் செய்தோர் சாதாரண மக்களிலிருந்து முற்றிலும் வேறுபட்டவர்கள் என்றும் மிகவும் பயங்கரமானவர்கள் என்றும் எண்ணுகின்றனர். இதனையும் வலுவான கொள்கை பரப்பல் (propaganda) முறைகளால் மாற்ற முயலவேண்டும். இதற்குப் பத்திரிகைகள், செய்தித் தாள்கள், வானொலி, திரைப் படம் போன்றவை வெகுவாக உதவி செய்ய முடியும். எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக உளவியலர், குற்றவியலர் போன்ற அறிவியல் அறிஞர்கள் குற்றவாளிகளின் நடத்தையின் அடிப்படைக் காரணங்களை அலசி ஆராய்ந்து வெளியிடுவதன்மூலம் சமூகத்திலேயே குற்றவாளிகள்பற்றி உளநலப்பாங்கான நோக்கையும் போக்கையும் தோற்றுவித்தல் இயலும்.

குற்றக் கோளாறு உடையவர் (Psychopath)

ஒருசில குற்றவாளிகள் தங்கள் ஆளுமையின் அடிப்படையில் தொடர்ந்து குற்றம் செய்பவர்களாக இருக்கின்றனர். எனவே, குற்றவாளிகளை உள மருத்துவ நுணுக்கங்களைப் பயன்படுத்தி அவர்களது ஆளுமைக்கு ஏற்பப் பிரித்தல் இன்றியமையாததாகிறது. உளக் கோளாறு கொண்ட குற்றவாளிகளை ஆதிக்கம் மிக்க குற்றக் கோளாறுடையவர்கள் (Agressive Psychopaths) என்றும், பற்றுக்குறையான குற்றக் கோளாறுடையவர்கள் (Inadequate Psychopaths) என்றும் பகுத்தல் கூடும். திருத்த முறைகள் பின் வகையினரிடையே வெற்றி பெறுகின்றன. முன் வகையினரைத் திருத்துதல் இயலுவதில்லை. எனவே, ஆதிக்கக் குற்றக் கோளாற்றினரை வாழ்வு முழுவதற்கும் தனிப்படையான நிறுவனங்களில் வைத்திருக்க வேண்டிய அவசியம் எழுகிறது. இவர்களுக்குப் பல வகையான தொழில்களில் பயிற்சியளித்து இதனடிப்படையில் கிடைக்கும் பொருளுதவியுடன் இந் நிறுவனங்களை நடத்த முடியும். ஆனால், இக் குற்றவாளிகள் ஏனைய பொதுமக்களுடனோ குற்றவாளிகளுடனோ கலந்து பழகாமல் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டிய கட்டாயமும் காணப்படுகிறது. இதனால் பிறரிடம் குற்ற நடத்தையை இவர்கள் தூண்டாமல் கவனித்துக்கொள்ள இயலும்.

விடுதலை அடைந்த கைதிகள் நிறுவனம்

விடுதலையடைந்த கைதிகளுக்கு உதவும் குழுக்கள் பிற நாடுகளிலும் நம் நாட்டிலும் பரவலாகக் காணப்படுகின்றன. சிறையிலிருந்து, குறிப்பாக நீண்ட கால தண்டனைக்குப் பின் வெளிவரும் கைதிகளை மீண்டும் சமூகம் ஏற்றுக்கொள்ளவும், அதேபோல்

அவர்கள் சமூகத்தை விரும்பி ஏற்றுக்கொள்ளவும் வழிகோலுவதாக இவ்வமைப்புகள் அமைகின்றன. அரசினர் மானியத்துடன் சமூகச் சேவையாளர் இவ்வகையில் பல நிறுவனங்களை ஏற்படுத்தியுள்ளனர். விடுதலை பெற்ற கைதிகள் போதிய காலம் இவ்வமைப்புகளில் தங்கி இருக்கின்றனர். இவ்வாறு தங்கும் வேளைகளில் இவர்கள்மேல் அதிகக் கட்டுப்பாடு விதிக்கப்படுவதில்லை. தங்கள் விருப்பப்படி நகருக்குச் செல்லவும், பொழுதுபோக்குகளில் ஈடுபடவும் இவர்கள் அனுமதிக்கப்படுகின்றனர். இதனால் இயல்பான சுதந்திர சமூகத்துடன் மீண்டும் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகத் தொடர்புகொள்ள இவர்களுக்கு உன்னத வாய்ப்புக் கிட்டுகிறது. இச் சங்கங்கள் சிறையுலகிற்கும் இயல்பான சமூகத்திற்கும் பாலமாக இருந்து விடுதலைபெற்ற கைதிகள் புனர்வாழ்வு பெற வழி வகுக்கின்றன. இவ் இடைவெளிக் காலத்தில் இவர்களிடம் உளநலப்பாங்கான சமூக நோக்குகளைப் பெருமளவு வளர்க்க முடியும். மேலும் இவர்கள் தங்கள் நுண்ணறிவு, மெய்ப்பாட்டுச் சமநிலை, தொழிற் பயிற்சி ஆகியவற்றிற்கேற்ற வகையில் வாழ்க்கைத் தொழிலைத் தேடிக்கொள்ளவும் இச் சமூக அமைப்புகள் மிகமிக உதவி செய்ய முடியும்.

திறந்த சிறை (Open prison)

குற்ற இயல் சிந்தனைகளின் அடிப்படையில் சிறையமைப்பிலும் நிருவாகத்திலும் இன்று ஏற்பட்டுள்ள புதுமையே திறந்த சிறையமைப்பு ஆகும். சமூகத்தினின்று பிரிக்கப்பட்டுச் சிறைச்சாலையில் அடைத்துவைத்துக் கட்டுதிட்டங்களின்கீழ் வாழ்ந்த கைதிகள் தண்டனை முடிந்து வெளிவந்தபின் தாங்கள் சிறைச்சாலையில் கற்றவற்றை இயல்பான சமூக வாழ்வில் பயன்படுத்தி வாழ இயலாமற் போகின்றன. இதனால் அவர்களது பொருத்தப்பாட்டுப் பிரச்சினைகள் மீண்டும் தலைதூக்குகின்றன. இதனால் திரும்பத்திரும்பக் குற்றங்களில் ஈடுபட்டு இவர்கள் சிறைச்சாலைக்கு மீண்டும் மீண்டும் வரவேண்டிய கட்டாயமும் ஏற்படுவதுண்டு. குற்றம் புரிந்தோரை நன்னெறிப்படுத்தி மீண்டும் இசைவு மிக்க வெற்றிகரமான சமூகவாழ்க்கைக்குத் தயார்செய்வதனையே முக்கிய கொள்கையாகக் கொண்ட குற்றவியலர்கள் இன்று திறந்த சிறையமைப்பினைக் கண்டறிந்துள்ளனர். சாதாரண சமூக நடைமுறைகளில் வேறு எந்த ஒரு குடிமகனும் இயங்குவது போன்றே திட்டமிட்டு நெறிப்படுத்தி அமைக்கப்பட்ட சமூக முகாம்களில் கைதிகளை வாழும்படி வகை செய்வதனையே தலைசிறந்த திருத்த முறையாக்கி சமூகவியலறிஞர்கள் வழிக் கொள்கின்றனர். இத்தகைய திட்டமிட்டு ஏற்படுத்தப்படும் சமூக முகாமினையே 'திறந்த சிறை' குறிக்கிறது.

'தன் ஒழுக்கமே' (self discipline) திறந்தசிறையின் முக்கிய அடிப்படைக் குறிக்கோள் ஆகும். எனவே, திறந்த சிறையமைப்பில் ஆயுதம் ஏந்திய காவலாளிகளுக்கோ, வார்டருக்கோ, சிறையாளருக்கோ இடமே இல்லை. எனவே, இச் சிறையில் உள்ள கைதிகள் அச்சத்தின்டிப்படையில் சட்ட திட்டங்களை மதிப்பதில்லை. தற்கட்டுப்பாட்டிற்கும் ஒருங்கிற்கும் இதனடிப்படையில் ஏற்படும் சட்டத்திற்கான பணிவிற்குமே திறந்த சிறை பயிற்சியளிக்கிறது. பிறரது உரிமைகளை மதித்து நடப்பதற்குப் பயிற்றுவிப்பதாகவே திறந்த சிறை விளங்குகிறது. திறந்த சிறை வாழ்விற்கு அனுப்பப்பெறும் கைதிகளுக்கு முதற்படியாகத் தன் ஒழுக்கம் கற்பிக்கப்பட வேண்டியிருக்கிறது. இவ்வாறு தற்கட்டுப்பாட்டு வாழ்விற்கு இவர்கள் ஒருமுகப்படுத்தப்பட்ட பின்பே திறந்த சிறைச் சமூகத்திற்கு ஏற்றவர்களாகின்றனர். இவ்வாறு ஒருமுகப்படுத்துவதற்குப் பொதுக் கல்வி, தொழிற் கல்வி, பள்ளிக் கல்வி, சமூகக் கல்வி எனப் பலதரப்பட்ட வழிகளிலும் முயல வேண்டிய அவசியம் எழுகிறது. இவ்வாறு திறந்த சிறை வாழ்விற்கேற்றவாறு முன் பயிற்சி பெற்ற கைதிகள் எல்லாவிதங்களிலும் இயல்பான இயற்கையான சமூகத்தினை ஒத்துத் திகழும் திறந்த சிறை முகாமிற்கு அனுப்பப்படுகின்றனர்.

திறந்த சிறை எல்லாவிதங்களிலும் தன் பெயருக்கு ஏற்ற ஒன்றாகவே விளங்கவேண்டும். திறந்த சிறை நகர (Township) அமைப்பினை ஒத்து இருத்தல் சிறப்பு. இதில் வாழும் கைதிகள் விழாக்கள், மற்றச் சமூக நடவடிக்கைகள் அனைத்திலும் எவ்விதத் தடையுமின்றிப் பங்குபெற வேண்டும். இவ்வாறு திறந்த சிறை சமூக வாழ்வில் எவ்விதமான நேரடிக் கட்டுப்பாடும் இருத்தல் கூடாது. கைதிகள் தாமாகத் தற்கட்டுப்பாட்டினைக் கற்றுக் கொள்ள ஊக்குவிக்கப்பட வேண்டும்.

மேற்காணும் கொள்கைகளின் அடிப்படையில் இராஜஸ்தானில் தற்கட்டுப்பாடு கொண்ட கைதிகளுக்குத் திறந்த சிறைகள் சில தொடங்கப்பட்டுள்ளன. கைதிகளில் பெரும்பான்மையோர் (80%) கிராமத்தவர்களாக இருந்ததால், இச் சிறைகள் விவசாய அடிப்படையில் அமைக்கப்பட்டன. விவசாயத் துறையின் விவசாயப் பண்ணைகளில் இத்தகைய சிறைகள் தொடங்கப்பட்டன. துர்க்காபூர், மண்டூர், டபிஜி, பர்க்கெரா, சாங்கனர் ஆகிய இடங்களில் திறந்த சிறைகள் அமைக்கப்பட்டன. இச்சிறைகளில் கைதிகளுக்கு நவீன விவசாய முறைகள் கற்பிக்கப்படுகின்றன. இவற்றில் வேலை செய்யும் கைதிகளுக்கும் ஏனையோரைப் போன்றே 1·37 பைசாவிலிருந்து 1·75 பைசாவரை கூலி நிர்ணயிக்

கப்படுகிறது. கைதிகள் நேரடியாக எவ்வித இடையூறுமின்றி கையெழுத்திட்டுத் தங்கள் கூலியைப் பெறுகின்றனர். இவ்வாறு பெறும் வருவாயில் சேமிப்புப்போக எஞ்சியதைத் தங்கள் குடும்பத்தினருக்கு இவர்கள் நேரடியாக அனுப்புகின்றனர். இத்தகைய வேலைகளில் எந்தக் கட்டத்திலும் சிறைத் துறை தலையிடுவதே இல்லை. இவர்கள் தாங்களாகத் தங்கள் உணவிற்கு வகை செய்து கொள்கின்றனர். தங்கள் உடைக்கும் தாங்களாகவே வழி செய்துகொள்கின்றனர். இச்சிறையில் வாழும் கைதிகள் விரும்பினால் தங்கள் குடும்பத்தையும் தங்களுடன் வைத்திருக்க அனுமதிக்கப்படுகின்றனர். அக் குடும்பத்தினரும் விரும்பினால் குறிப்பிட்ட பண்ணையில் வேலை செய்யச் சேர்த்துக்கொள்ளப்படுகின்றனர். தண்டனைக் காலத்திற்குப் பின்னும்கூட இதே பண்ணையில் வேலை செய்து எவ்வித இடையூறுமின்றி வாழவும் இக் கைதிகள் அனுமதிக்கப்படுகின்றனர்.

இச் சிறையமைப்பில் கண்காணிப்பே இருப்பதில்லை. ஒரே ஒரு சிறையதிகாரி மட்டும் பெயருக்காகச் சாதாரண உடையில் இதில் பங்கு பெறுகிறார். ஏனைய சிறையில் வழங்குவது போன்றே இவ் வமைப்பிலும் தண்டனைக் காலக் குறைப்பு வழங்கப்படுகிறது.

சாங்கனர் திறந்த சிறையில் பல புதுமைகளைக் காணலாம். இச் சிறைக்கு அவ்வூர் கிராமப் பஞ்சாயத்து பெருமளவு உதவி செய்து வருகிறது. இப் பஞ்சாயத்து, கைதிகள் கூட்டுறவுப் பண்டகசாலை நடத்த $6\frac{1}{4}\%$ வட்டிக்கு 3,000 ரூபாய் கடன் வழங்கியுள்ளது. மேலும் இதற்கான கட்டட வகைக்காக ரூ. 500-ம், கிணறு வெட்ட ரூ. 2,000 கடனும் வழங்கியுள்ளது. இக் கைதிகளுக்கு 40 பைகா (Bigha) அளவு நிலம் ஒதுக்கப்பட்டுள்ளது. இச் சிறையமைப்பில் 50 கைதிகள் திறந்த சிறை வாழ்வு வாழ்கின்றனர் ; இவர்களது விருப்பத்தின்படி இவர்களது குடும்பங்களும் இவர்களுடன் இருக்கின்றன.

இக் குடியிருப்பில் கைத்தொழில் நிலையம் ஒன்றும் அமைக்கப்பட்டுள்ளது. பஞ்சாயத்தினர் நட்டத்துடன் நிருவகித்துவந்த இந்நிலையத்தைக் கைதிகள் இன்று வாங்கி வெற்றிகரமாகக் கணிசமான இலாபத்துடன் நடத்தி வருகின்றனர். இதில் பொழுதுபோகாதிருப்போர் இலவசமாக உழைக்கின்றனர். இது பற்றிக் குறிப்பிடும் பவார் (Pawar) 'இவ்வகையில் கைதிகள் சுதந்திரக் குடிமக்களது புனரமைப்பிற்கு வழிகோலியுள்ளனர். இது வியப்பிற்குரிய ஒன்றாயினும் உண்மையே' என்று வலியுறுத்துகின்றார்.

இச் சிறையினர் இங்குள்ள சமூகத்திற்கு சமூகசேவை செய்வதிலும் ஆர்வம் காட்டியுள்ளனர். இவர்கள் கோடை காலத்தில் தாங்களாகத் தண்ணீர்ப் பந்தல் அமைத்துக் கடும் வெயிலில் இதனைக் கடந்து செல்வோரது தாகத்தைத் தீர்த்து உதவி வருகின்றனர்.

வெற்றிகரமாக நடந்துவரும் கூட்டுறவுப் பண்டகசாலை பெற்ற கடனைத் தன் இலாபத்திலிருந்து தீர்த்துவிடும் என்பதில் ஐயமில்லை. இச் சிறையமைப்பு மேலுமொரு பால்பண்ணை அமைக்கவும் திட்டமிட்டு வருகின்றது.

இராஜஸ்தானில் வெற்றிகரமாக இயங்கும் மற்ற ஒரு திறந்த சிறை அனூப்கார் (Anoopgarh) ஆகும். இதில் உள்ள 150 கைதிகள் இராஜஸ்தான் கால்வாயை வெட்டி வருகின்றனர். இங்கும் காவல் என்பதோ கண்காணிப்பென்பதோ இல்லை. இங்குக் கைதிகள் இரண்டு ரூபாயிலிருந்து மூன்று ரூபாய் வரை கூலியாகப் பெறுகின்றனர். இங்கும் வேலியமைப்போ எல்லையமைப்போ இல்லை. அருகில் உள்ள ஊர்களின் பண்டிகைகள் அனைத்திலும் இக் கைதிகளும் எவ்விதத் தடையுமின்றிப் பங்கு பெறுகின்றனர்.

26. உளநலக் கோட்பாடுகள்

முதிர்ச்சி என்றால் என்ன ?

செயல் திறன்களும், உள ஆற்றல்களும் தோன்றுவதனைக் குறிப்பாக அதிகரிப்பதனையே முதிர்ச்சி (Matuity) என்று குறிப்பிடுகிறோம். அன்றியும் வாழ்வின் கடந்த கால நிலைகளில் ஏற்பட்ட உளப் போராட்டமும் மன எழுச்சி மிகுதியும் நிறைந்த அனுபவங்களினால் எழும் கிலியினின்றும், தடைகளினின்றும் பெருமளவு விடுபட்டு வயதிற்கும் வளர்ச்சிக்கும் ஏற்ப நடந்து கொள்வதனை இம் முதிர்ச்சி என்ற தொடரால் குறிப்பிடுகின்றோம்.

அடுத்தடுத்து முன்னேறியதாக அமையும் முதிர்ச்சி நிலைகளை உயிரியும் ஆளுமையும் அடைந்து அதற்கேற்ப இயங்குவதற்கு வளர்ச்சி வழி தேடுகிறது. இவ்வாறு முதிர்ச்சி பெற்ற நிலையினை அடைந்த ஒருவன் குறிப்பிட்ட வேளையில் நடந்துகொள்ளும் வகை பெருமளவு சூழ்நிலையைச் சார்ந்ததாகவே அமைகிறது. முதிர்ச்சியுற்றோரின் நடுவிலேயே அவன் தனது முதிர்ச்சியுற்ற வகையில் நடந்துகொள்ள இயலும். ஆனால், குழந்தைகளின் இடையே இருக்க நேரிடின், அதே ஆள் குழந்தைத்தனமாகவே நடந்துகொள்கிறான். எனவே, முதிர்ச்சியான நடத்தை சூழ்நிலையினைப் பெரிதும் சார்ந்தே உளது.

பெற்றோரும் முதியவர்களும் இருப்பதைப் போன்றே தானும் முதிர்ச்சியடைய வேண்டும் என்று குழந்தைகளும் குமரப் பருவத்தினரும் விழைகின்றனர். வீட்டிலுள்ள பெரியவர்கள் அலுவலகத்திற்குச் செல்வதைக் காணும் குழந்தை தானும் அலுவலகம் செல்வதுபோல் பாவனை செய்வதனை இங்குச் சான்றாகக் கூறலாம்.

பொதுவாக முதிர்ச்சியினால் மூன்று பெரும் விளைவுகள் ஏற்படுகின்றன. அவை:

(1) அதிகமான கற்றல் திறன்.
(2) உயர்ந்த செயல் திறன்.
(3) பயனையும் மதிப்பினையும் அறிந்துகொள்ளல்.

எனவே, முதிர்ச்சியுற்ற ஒருவன் தான் விரும்பும்வண்ணம் தன் தன்மையை வெளிப்படுத்தவும், தான் விரும்பியவற்றை அடைவதற்கும் தன்னிடம் உள்ள திறன்களையும் ஆற்றல்களையும் கருவியாகப் பயன்படுத்திக்கொள்ள ஆயத்தமாகவும் இருக்கிறான். இவ்வாறாக, முதிர்ச்சி ஆளுமை எனப்படுவது ஒருமைப்பாட்டின் நிறைவினையும் போதுமையையும் குறிப்பதாக அமைகிறது. இந்நிலையில் மனிதனின் திறமைகளும் ஆளுமைப் பண்புகளும் வளர்ச்சியடைந்ததாக மட்டும் விளங்குவதில்லை; செயலுறுவதற்கு ஏற்ற முறையில் நன்கு இணைக்கப்பட்டவையாகவும் விளங்குகின்றன.

முதிர்ச்சியின் இலக்கணம்

பல பண்புகள் முதிர்ச்சிக்கு இலக்கணமாக அமைகின்றன. அவைகளில் முக்கியமானவை பின்வருமாறு :

(1) தூண்டல்களை வேறுபடுத்தித் துலங்குதல் (Differential Responsiveness)

அறிவு வளர்ச்சி, கற்றல் ஆகியவற்றின் அடிப்படையில் குழந்தைகளும் குமரப் பருவத்தினரும் புற உலகின் பரிமாணங்களையும், உண்மை நிலைகளையும், அவற்றிற்கிடையே நிலவும் உறவு முறைகளையும் நன்கு பாகுபடுத்திப் புரிந்துகொள்கின்றனர். அனுபவத்தின் பயனாக இவ்வாறு சூழ்நிலையினை நன்கு பாகுபடுத்திப் பிரித்து அறிந்துகொள்ளுதல் அதிகரிக்கிறது. இவ்வாறு அறியும் வேளைகளில் சூழ்நிலையின் ஒவ்வொரு தூண்டலையும் தனித்தனியாகப் பிரித்தறிந்து அதற்கேற்ப எதிர்வினை கொள்ள வேண்டிய நிலை உண்டாகிறது. குழந்தை முதலில் காக்கி உடை உடுத்தவர்களனைவரையும் போலீஸ்காரர்கள் என்று அறிந்து கொள்கிறது. பிறகு கொஞ்சம் கொஞ்சமாக வளர்ச்சியின் பயனாகப் போலீஸ்காரர்கள், கூர்க்காக்கள், டாக்ஸி டிரைவர்கள், அலுவலக ஊழியர்கள் என்றெல்லாம் பிரித்தறிந்துகொள்ளக் கற்கிறது. இன்னமும் முதிர்ச்சி ஏற்பட்ட நிலையில் போலீஸ்காரர், சப்-இன்ஸ்பெக்டர், டி. ஐ. ஜி. என்றெல்லாம் பிரித்தறிந்துகொள்ள அதற்கு இயலுகிறது. இவ்வாறு சூழ்நிலையைப் பிரித்து அதற்கு ஏற்ப நடந்துகொள்ளும் தன்மை முதிர்ச்சிக்குரிய இலக்கணமாகக் கொள்ளப்படுகிறது. இதன் அடிப்படையிலேயே கடந்த கால அனுபவங்களைக் கொண்டு வருங்கால நடவடிக்கைகளை முன்னிட்டுக் கூற இயலுகிறது.

(2) ஒருவரையொருவர் சார்ந்திருத்தல் (Inter dependance)

அனைவரும் ஒரு சிலரை முக்கியமாகப் பெற்றோரைச் சார்ந்தே வாழ வேண்டியிருக்கிறது. ஆயினும், வளர்ச்சியின் அடிப்படையில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக இவ்வாறு சார்ந்திருப்பதினின்று மீண்டு தன்னுரிமையும் சுதந்திரமும் பெறுகிறோம். அறிவு நிலையிலும், மன எழுச்சி நிலையிலும், பொருளாதார நிலையிலும், சமூக நிலையிலும் யாரையும் பெரிதும் சார்ந்திராது தன்னுரிமை பெற்ற நிலை முதிர்ச்சியின் அறிகுறியாக விளங்குகிறது. இன்றைய சமூகச் சூழ்நிலையில் எவரும் முற்றிலும் தன்னுரிமை கொண்டிருத்தல் இயலாது. சமூக விலங்கான மனிதன் பல வேளைகளில் பல காரணங்களுக்காகப் பிறரைச் சார்ந்தே வாழ வேண்டிய கட்டாயம் காணப்படுகிறது. இந்நிலையில் தன்னுரிமைக்கும் சமூகச் சார்பிற்கும் இடையில் ஓர் சமனமான நிலையினை— ஒருவரையொருவர் சார்ந்திருத்தலை முதிர்ச்சியின் இலக்கணமாகக் குறிப்பிடலாம். தன்னலமற்ற விழுமிய அன்பே முதிர்ச்சியின் காரணமாகவும் விளைவாகவும் அமைகிறது. இவ் அன்பு முதிர்ச்சிக்கு வழி வகுக்கிறது; முதிர்ச்சி இவ் அன்பை உருவாக்குகிறது. ஒருவரது வாழ்வை இயக்கும் காரணியாக அன்பு எத்துணையளவு அமைகிறதோ அத்துணையளவு அவரது ஆளுமை ஒருமைப்பட்டதாக விளங்கும்.

(3) செயல்களில் பங்குகொள்ளல் (Participating Activity)

தானாக மிக விழைந்து செயலில் ஈடுபடாத நிலையில் எதனையும் செய்ய இயலாது; கற்கவும் இயலாது. செயலில் தானாக விருப்பு ஏற்படாத நிலையில் உள ஆற்றல்களும் உடற் சக்திகளும் பயன்படாமல் அடைபட்டிருப்பதுடன் முனைப்பினை ஒருவரிடம் ஏற்படுத்துகின்றன. தங்கள் ஆற்றல் அனைத்தையும் ஒன்று கூட்டிச் செயல்படக் குழந்தைகள் பெரிதும் விரும்புகின்றன. ஆனால், இவ் விருப்பம் குமரப் பருவத்தினரிடமும் இளைஞரிடமும் காணப்படுவதில்லை. முக்கியமாக இயக்க, உள ஆற்றல்களுக்கு அடிப்படையாக விளங்கும் செயல்களில் அன்றாடம் வேடிக்கையாக ஈடுபட்டு அனுபவித்து மகிழ்வது முதிர்ச்சிக்கு ஓர் எடுத்துக்காட்டு ஆகும். இத்தகைய அனுபவங்கள், ஒருவர் தனது இயல்பான வகையில் மேம்பாடடைய மிகவும் உதவுகின்றன.

(4) அறிவையும் அனுபவத்தையும் தீர்க்கதரிசனத்துடன் பயன்படுத்தல் (Foresightful Application of Knowledge and Experience)

ஒருவர் தன்னைத் தானே நன்கு ஆராய்ந்துகொள்ளல் இன்றியமையாதது. இவ்வாறு ஆராய்வதால் எதனை நாம் நாடி

அடைய வேண்டும்; இவ்வறிவு எவ்வாறு பயன்படக்கூடியது என்று ஒருவரால் அறிந்துகொள்ள இயலுகிறது. ஒவ்வொரு நிகழ்ச்சிக்கும் காரண காரியங்களை நன்கு அலசி ஆராய்ந்து ஒவ்வொன்றிற்கும் உள்ள மாற்று வழிகளை உணர்ந்து கொள்ளும் நிலையில் ஒருவரிடம் பரந்த நோக்கு ஏற்படுகிறது. ஒவ்வொரு முக்கிய முடிவு எடுத்த பின்னும் பின் விளைவுகளைக் கூர்ந்து கவனித்து வருவதால், வரக்கூடிய அபாயங்களை முதலிலேயே அறிந்து தவிர்க்க வாய்ப்பு ஏற்படுவது திண்ணம். இதனடிப்படையில் பின்னால் ஏற்படவிருப்பவற்றை முன்னிட்டுக் கூற இயலும். எனவே, இது குறுகிய கால உடனடிப் பயன்களைக் கருதாது நீண்ட கால இலட்சியங்களுக்காகப் பாடுபடுவதற்கு வழிகோலுகின்றது. இதுவும் முதிர்ச்சியைக் குறிப்பிடும் இலக்கணமாக அமைகிறது.

(5) அனுபவத்தை வெளிக் கூறுதல் (Communication of Experience)

அனுபவங்களை, குறிப்பாக மன எழுச்சி செறிந்த அனுபவங்களைச் சொல்வழி விளங்குவதற்கும் ஒப்பிடுவதற்கும் ஆன திறனின் வளர்ச்சி ஒருவரது சொந்த நிறைவுடைமைக்கும் பொருத்தப்பாட்டிற்கும் பெரிதும் வழி வகுக்கிறது. பெரும்பாலான முதியவர்கள்கூடத் தங்களது சொந்த அனுபவங்களைக் கருத்து நிலையில் சிந்திக்கவும், சொல்வழி பிறருக்குக் கூறவும் மிகவும் இன்னலுறுகின்றனர். முதிர்ச்சி அடைய அடைய இவ்வாறு தன் அனுபவங்களை வெளியே கூறுவதற்கான திறனும் வளர்ச்சி பெறுகின்றது. இதற்குரிய வகையில் அவன் தகுந்த உறவு முறைகளையும் (social relations) ஏற்படுத்திக்கொள்கிறான். முதிர்ச்சியடைந்த ஒருவன் வெற்றுநிலைச் சிந்தனைத் திறன் பெற்றவனாக விளங்குகிறான்.

(6) பிறரது தேவைகளுக்கான உணர்வு (Sensitivity to the needs of others)

குழந்தைகள் தங்களது தேவைகள், அக்கறைகள் ஆகியவற்றிற்கே உணர்வு கொண்டவர்களாக இருக்கின்றனர். ஆனால், பிறரது தேவைகளுக்கான உணர்வு குமரப் பருவத்திற்கு முன்பு அவ்வளவாகக் காணப்படுவதில்லை. குமரப் பருவத்தில்கூட ஒருவன் தனது நலன்களுக்கும் தேவைகளுக்குமே முதலிடம் கொடுக்கிறான். முதியவனிடமே முதன் முதலாகப் பிறரது தேவைகளுக்கான உணர்வு மேலோங்கி நிற்கிறது. வயது ஆகஆக இவ்வுணர்வு குறையத் தொடங்குகிறது. பிறரது தேவைகளுக்கான உணர்வு முதிர்ச்சியின் அளவுகோலாக விளங்குகிறது.

(7) மன முறிவுகளை ஆக்க பூர்வமாகச் சமாளித்தல் (Dealing constructively with frustration)

குறிப்பிட்ட அளவு ஏமாற்றங்களையும் மன முறிவுகளையும் தாங்கிக் கொள்ளவும், உள-சமூகத் தேவைகளை நிறைவேற்று வதனைச் சிறிது காலம் தள்ளி வைப்பதற்கும் ஆன திறமையின் வளர்ச்சியை முதிர்ச்சி குறிக்கிறது. பழைய அனுபவங்களில் ஏற்பட்ட மன முறிவுகளினடிப்படையில் புதிய பாடங்களைக் கற்பவனே முதிர்ச்சி பெற்றவன். இத்தகைய பழம் மன முறிவு களை எவ்வாறு எதிர்காலத்தில் தவிர்ப்பது என்று சிந்தித்து அறிபவனே முதிர்ச்சி பெற்றவன்.

(8) தற்கட்டுப்பாடு நிலையின் நிறைவு (Adequacy in self-control status)

அன்பு, மன எழுச்சி, பால் சார்ந்த துடிப்புகள் ஆகியவற்றை நிறைவான வகையில் கையாளுதல் முதிர்ச்சியின் அறிகுறியாக விளங்குகிறது. வாழ்வின் ஆற்றல்களைத் தானே விரும்பித் தேர்ந் தெடுத்த செயல்களிலும் இலட்சியங்களிலும், நெறிப்படுத்துவதும் தரமுள்ள நடத்தையும் இலட்சியங்களும் தன் கட்டுப்பாட்டு நிலையையும் நற்குணத்தையும் குறிப்பிடுகின்றன. இவை யாவும் உயர்ந்த நிலையில் விளங்கும் முதிர்ச்சியின் அறிகுறிகளாக விளங்கு கின்றன.

(9) பொறுப்புகளை ஏற்பதற்கான விருப்பம் (Willingness to assume responsibilities)

தன் சொந்த சமூக நிலை, கடமை ஆகியவற்றிற்குரிய பொறுப்பு களை ஏற்பதற்குத் தயாராக இருக்கும் திறமையை ஒருவர் வளர்த் துக்கொள்ள வேண்டியது மிகமிக அவசியம். நீண்ட எதிர் காலத்தைக் கருத்தில் கொண்டு இவற்றை மேற்கொள்ளும் போக்கு குமரப் பருவ இறுதியாண்டுகளிலும் முதிர்ச்சிப் பருவத் தொடக்க ஆண்டுகளிலும் காணப்படுகிறது. இவ்வாறு பொறுப்பு களை ஏற்க விரும்பும் நிலையில் ஒருவன் பலவற்றைத் தியாகம் செய்யவும் வேண்டியிருக்கிறது; இதற்குத் துணிவும் வேண்டி யிருக்கிறது. எனவே, இவ் வேளைகளில் ஒருவன் தோல்வி பற்றிய அச்சத்தை வெல்ல வேண்டியிருக்கிறது; வெறுப்பு அல்லது உணர்வின்மையைப் போக்கிக் கொள்ளவும், தன் வயதொத்த வர்கள் கேலி செய்வதனைப் புறக்கணிக்கவும் வேண்டியிருக்கிறது. இவற்றின் அடிப்படையிலேயே முதிர்ச்சி ஏற்படுகிறது.

(10) ஒழுக்கம் (Character)

பலவகையான சமுதாய, பண்பாட்டு, ஒழுக்கச் சூழ்நிலைகளின் கீழ் தனது குழந்தைப் பருவத்தையும், குமரப் பருவத்தையும், இளமையினையும் ஒருவன் கழிக்கவேண்டியிருக்கிறது. இருப்பினும் அவன் இவ்வனுபவங்களையெல்லாம் ஒன்று திரட்டி ஒருமைப் பாடுடைய வகையில் நடந்துகொள்ளவேண்டியிருக்கிறது. இவ்வாறு தனக்கென ஓர் தனித்துவத்தை வளர்த்துக்கொள்வதே ஒருவனது நீண்டகாலக் குறிக்கோளாக அமைகிறது. சமூகத்தில் பெறப்பட்ட கருத்துகளின்மூலம் நன்மை தீமைகளைப் பிரித்தறிந்து கொள்ளும் திறமை ஏற்படுகிறது. இவ்வாறு நன்மை தீமை களைப் பகுத்தறிந்துகொண்ட நிலையில் அவன் நடந்துகொள்ள வேண்டிய நியதிகளையும் சமூகக் கட்டுதிட்டங்களையும் ஏற்று அவற்றிற்கேற்பத் தன் நடத்தையைக் கட்டுப்படுத்திக் கொள் கிறான். இவ்வாறு நடந்துகொள்ளும்போது சமூகத்தால் ஒதுக் கப்பட்டவைகளை ஒதுக்கி ஒடுக்கவேண்டிய கட்டாயம் ஏற்படு கிறது. சமூகத்திற்கு எதிரான விருப்பங்களைத் தனியவன் அடக்கி அழிக்க முயல்கிறான். இவ்வாறான முயற்சிகளால் தனியவன் ஒரு சில சமூக நியதிகளையும், பயன்மதிப்புகளையும் வளர்த்துக் கொள்கிறான். கொஞ்சம் கொஞ்சமாக இந் நியதிகளும் தாமே தனியவனது நடத்தையை நிர்ணயிக்கத் தொடங்குகின்றன; ஒருவனது ஒழுக்கம் இவ்வாறே உருவாகின்றது. ஒருவனது ஒழுக்க நிலை அவனது முதிர்ச்சியை எடுத்துக் காட்டுவதாக அமைகிறது.

(11) தன்னைச் சார்ந்திருத்தல் (Self-reliance)

முன்னாட்களில் பெற்ற பயிற்சி, கல்வி ஆகியவற்றைப் பயன் படுத்திக்கொள்ளும் நிலையிலும், தன்னைத் தானே கட்டுப்படுத்திக் கொள்ளும் தன்மை பெறும் நிலையிலும் புதுமையான சூழ்நிலை களைச் சமாளிப்பதற்கான நிறைவுடைமை ஏற்படுகிறது. நிகழ் காலத்தில் அடையும் வெற்றிகள் தன்மதிப்பையும், தன்னம்பிக்கை யையும் ஊட்டுகின்றன. இவற்றினடிப்படையிலேயே எதிர்கால முயற்சிகளும் அமைகின்றன. இதனால், எதிர்காலத்தில் ஒருவன் தன் ஆற்றல்களை வழிப்படுத்துதலும் எளிதாகிறது. பிறரது உதவியையே எப்போதும் எதிர்பார்ப்பவனும், பொருத்தமற்ற வேண்டுகோள்களையும் சலுகைகளையும் எதிர்பார்ப்பவனும் தற் சார்புடையவராகக் கருதப்படமாட்டார்கள். தன்னையே பெரி தும் நம்பிய நிலையே—பிறரைச் சார்ந்திருப்பதினின்றும் பெருமளவு விடுபட்ட நிலையே—முதிர்ச்சி எனப்படும்.

(12) இசைவு (Harmony)

நன்கு முதிர்ச்சி பெற்ற ஆளுமை, வாழ்வின் அனுபவங்கள், தனித்தன்மை (originality), சமஒழுங்கு ஆகியவை அனைத்தும் கூடியமைந்த ஓர் சித்திரம் போன்றது. இத்தகைய ஒருங்கமைப்பு குலையாமல் அழுத்தமிக்க சூழ்நிலைகளைச் சமாளிப்பதற்கான திறனையே இசைவு என்று குறிப்பிடுகிறோம். முதிர்ச்சிக்கான இலக்கணங்களுள் ஒன்றாக விளங்குவது இவ் இசைவே.

(13) வாழ்வின் மெய்யுணர்வை அடைதல்

ஒவ்வொருவரும் தன் வாழ்வின் பல நிலைகளில் ஏற்பட்ட அனுபவங்களினையும் ஒன்று திரட்டி அவற்றின் அடிப்படையான உண்மைகளை உணர்ந்து இவ் உண்மைகளின் அடிப்படையில் ஒருவன் வாழ்வைப்பற்றிக் கொள்ளும் ஓர் திட்டவட்டமான தத்துவமே ஒருவரது முதிர்ச்சியின் முழு நிறைவினை எடுத்துக் காட்டுகின்றது. முதிர்ச்சியின் உச்ச கட்டத்திலேயே இத்தகைய மெய்யுணர்வு ஒருவரிடம் ஏற்படுகிறது. நன்கு திட்டமிடப்பட்ட வாழ்வின் அமைப்பின் அடிக்கல்லாக அமைவது இம் மெய்யுணர்வே.

மேலே விவரிக்கப்பட்டவை அனைத்தும் முதிர்ச்சியைக் குறிக்கும் இலக்கணங்கள் ஆகும். இருப்பினும் இவையனைத்தையுமே யாரிடமும் காணுதல் இயலாது. குறிப்பிட்ட ஒருவரின் முதிர்ச்சியைக் குறித்துக் காணும்போது இவ் விலக்கணங்களில் பெரும்பாலானவை அவரிடம் இருக்கிறதா என்று அறிதலே சிறப்பு. அன்றியும் இவற்றை அவ்வாறே முதிர்ச்சியின் விதிகள் என்று கொள்ளலும் தவறு. இவை முதிர்ச்சியைப்பற்றிய விளக்கங்களே. ஒரு குழந்தையின் அல்லது குமரப் பருவத்தினனின் முதிர்ச்சியைத் தீர்மானிக்கும் வேளையில் இவற்றை உரிய வகையில் மாற்றிக் கொள்ளுதலும் அவசியம்.

உளநலம் பேண வழி முறைகள்

(1) ஓய்வு, பயிற்சி, உணவு, தூய்மை போன்ற பழக்கங்களின் மூலம் உடலை ஆரோக்கியத்துடன் வைத்துக்கொள்ளல் வேண்டும்.

(2) தொல்லைகள், கவலைகள், அச்சங்கள் ஆகியவற்றைச் சந்திக்க முயலவேண்டும். முடிந்தவரை முயற்சி செய்த பிறகு மிகவும் மன நிறைவு தரும் செயல்களில் கவனத்தைச் செலுத்துதல்வேண்டும்.

(3) நம்மையே மறக்கடிக்கச் செய்யும் பொழுதுபோக்குகள், அக்கறைகள், சமூக விளையாட்டுகள், போட்டி விளையாட்டுகள் ஆகியவற்றில் கலந்துகொள்ளவேண்டும்.

(4) தொல்லை தரும் துடிப்புகளையும் மன எழுச்சிகளையும் விரும்பத்தக்க வழிகளில் வெளியிட முயலவேண்டும். அவற்றை அடக்கி யொடுக்குதல் கூடாது.

(5) சமன நிலையுடைய ஆளுமை அடைய முயல வேண்டும். நேர் வழியினின்று விலகிச் செல்லச் செய்வது எது? என்று கண்டுபிடிக்கவேண்டும்.

(6) நகைச்சுவையை வளர்த்துக்கொள்ள முயலவேண்டும். நமது தவறுகளை ஒத்துக்கொண்டு நம்மையே பார்த்து நகைக்க விழையுங்கள்.

(7) நமது ஆற்றல்களுக்கு உரிய வகையில் பல முக்கியமான பெரும் குறிக்கோள்களை மேற்கொண்டு அவற்றிற்காகப் பாடுபடுவதில் மகிழ்ச்சி வேண்டும்.

(8) நமது சுகதுக்கங்களில் பங்கு பெறும் உண்மையான நண்பர்களையும் கூட்டாளிகளையும் நாம் கொள்ளல் வேண்டும்.

(9) விரைப்பினைத் (tension) தவிர்க்கவும், செய்யும் வேலையில் பங்குபெறாத தசைகள் அனைத்தும் ஓய்வாகத் தளர்ந்து (relax) இருக்குமாறும் செய்வது அவசியம்.

(10) நம்மைச் சுற்றியுள்ள அழகுகளை ரசிப்பதன்மூலம் நிகழ் காலத்தை அனுபவிக்கும் பழக்கத்தை நாம் ஏற்படுத்திக் கொள்ளுதல் வேண்டும்.

(11) போராட்டங்களின்போது தைரியமாக இருப்பது முக்கியம். அவற்றினின்றும் பின்வாங்கக் கூடாது.

(12) வேண்டுவனவற்றை நாமாகவே உருவாக்கிக் கொள்ள முயலவேண்டும். பார்வையாளராகவோ, பகற் கனவு காண்பவராகவோ, உற்பத்தித் திறமற்றவைகளை வாங்கிச் செல்வோராகவோ இருப்பதில் பயனில்லை. வலிந்து முயல்வதில்தான் வேடிக்கையும் இன்பமும் உள்ளது.

(13) நமது தனித்திறம் குறித்து மிகையாக எண்ணிக் கொண்டிருத்தல் கூடாது. நம்மில் பெரும்பாலோர் சாதாரண மக்களே என்பதனை உணர்ந்தறிய வேண்டும்.

(14) 'காலம் பலவற்றையும் ஆற்றிவிடும்' என்பதனை உணர வேண்டும். பொறுமையாகவும் நம்பிக்கையாகவும் இருக்க முயலவேண்டும்.

(15) காதல், வீரம், பாதுகாப்பு, வெற்றி ஆகியவற்றைத் தேடவேண்டும். இவற்றை நாமே முற்றிலும் அனு பவிக்க முடியும் என்பதனையும் திடமாக நம்ப வேண்டும்.

(16) நமக்கான தத்துவத்தை உருவாக்கிக் கொள்ளவேண்டும். நாம் எப்படி இருக்கிறோம் என உணர்ந்து அதைச் சந்திக்கவேண்டிய நிலைகளுக்கேற்பப் பொருத்தப்பாடு கொள்ள வேண்டும்.

(17) நமது வாழ்வின் நிகழ்ச்சிகளையும் மற்றவர்களையும் நாம் பல கோணங்களில் காண இயலும். இவற்றில் நமது முதிர்ச்சிக்கு வழிகோலாக உள்ள சிறந்த ஒன்றினைக் கண்டு அதைக் கடைப்பிடிக்க முயலுவது முக்கியம்.

இவ் உளநலக் கோட்பாடுகள் எண்ணற்ற ஆராய்ச்சிவாயிலாக உளநலவியலார்கள் கண்டறிந்தவைகளாகும். இவற்றை மனனம் செய்துவிடுவதாலோ, திரும்பத் திரும்பப் பயிற்றுவிக்க முயலுவதாலோ உளநலம் மிகுந்துவிடும் என்று கருதுதல் தவறு. அவைகளைக் கடைப்பிடிப்பதனாலேதான் சிறந்த உளநலத்தை அடைய இயலும். நல்லதோர் சூழ்நிலை, நல்லதோர் வாழ்க்கை நெறி, தன் ஒழுக்கம், தன்னைத்தான் புரிந்துகொள்ளல், ஆக்க நிலைப் பாங்கான பொருத்தப்பாடு ஆகியவையே கோட்பாடுகளின் அடிநிலை உண்மைகளாகும். இவ் அடிப்படையிலேயே மேலே கூறப்பட்ட கோட்பாடுகள் பொருள் பெறுகின்றன. இதனை உணர்ந்துகொள்ளலே உளநலத்தின் முதற்படியாகும்.

மேற்கோள் நூல் அகராதி

(REFERENCE)

ACKERSON, L. — "Childrens Behaviour Problems," The University of Chicago Press, *1931*.

AMIRTHA CREEPER RAJ — "A comparative study of personality traits of Orphans in Orphanages and those of normal children", M.Ed. thesis submitted to the University of Madras, *1957*.

BALDWIN, A. L. — "Behaviour and Development in Childhood," The Dryden Press, *1968*.

BAXTER, B. — "Teacher-Pupil Relationship", The Macmillan Co., *1941*.

BEERS, C. A. — "Mind that found itself," Longmans Green & Co., *1947*.

BERNARD, H. W. — "Mental Hygiene for Classroom Teachers," McGraw Hill, *1952*.

BLUM, M. L. — "Industrial Psychology and its Social Foundation."

BRECKENRIDGE, M. E. AND VINCENT, E. L. — "Child Development", W.B. Sannders & Co., *1960*.

CARROLL, M. A. — "Mental Hygiene", Prentice Hall, *1947*.

COLE, L. — "Psychology of Adolescence" 6th Edition, Rinehart Co., *1959*.

COLEMAN, J. C. — "Abnormal Psychology and Modern Life," Chicago Scot, Foresmand & Co., *1960*.

CROW, L. D. AND CROW, A. — "Mental Hygiene in School and Home Life", McGraw Hill, *1942*.

CYRIACK, M. S. — "A study of cheating tendencies among pupils of age groups *10* to *15* from some schools in Madras,' M.Ed. Thesis submitted to the University of Madras, *1965*.

D'EVELYN, K. E. — "Meeting Childrens' Emotional Needs", Prentice Hall, *1957*.

DOLLARD, J. AND MILLER, N. E. — "Critical Training Situation in Childhood", Gorlovi & Kotkavsky Etd. "Rds in Psychology of Adjustment," McGraw Hill *1958*, pp.*88-106*.

DUNLAP, K. — "Personal Adjustment," McGraw Hill, *1946*.

ENGLISH, O. S. PEARSON, G. H. T. — "Emotional Problems of Living," Allen & Unwin, *1958*.

EYSENCK, H. J. — "Dimensions of Personality," Kegam & Paul, *1947*. "The Structure of Human Personality," Methuen, *1953*.

FINESINGER, J. E. — "Psychological Factors in Adolescent Behaviour", in Gallow, L. and Katkowsky, W., "Readings in Psychology of Adjustment", McGraw Hill, 1959, pp. 429-439.

FLEMING, P. D. — Certain forms of Neuroses in Mikesell, W. H., Etd., "Mental Hygiene", Prentice Hall, 1939, pp. 445-472.

GALLAGHER, J. R. AND HARRIS, H. I. — "Emotional Problems of Adolescents", Oxford University Press, 1958.

GANGULI, H. E. — "Psychological Disorders in Air Force Personnel", A. V. Psychol, 2, Sept. 1962.

Presidential Address to Indian Science Congress 1967.

GESELL, A. "The First Five years of Life", Metheven & Co., 1963.

GHISELLI, E. E. AND BROWN, C. W. "Personal and Industrial Psychology," McGraw Hill, 1965.

HEPNER, H. W. "Psychology Applied to Life and Work," 2nd Edition, Prentice Hall, 1950.

HURLOCK, E. B. "Child Development," McGraw Hill, 1949.

"Adolescent Development", McGraw Hill, 1949.

IRENE MANUAL, "Mental Hygiene and Behaviour Problems in School Children." M.Litt., thesis submitted to the University of Madras, 1950.

JAYALAKSHMI, R. "A study of the problems of working mothers," M.Litt., thesis submitted to the University of Madras, 1960.

JOSEPH, D. AND TEICHER "Your child and his problems", Little Brown & Co., 1953.

KAPLAN, L. "Mental Health and Human Relations in Education," Harper & Bros., 1959.

KATZ, B. AND LEHNER, G. F. T. "Mental Hygiene in Modern Living," Ronald Press, 1953.

KLEIN, D. R. "Mental Hygiene", Henry Holt Co., 1944.

LAZARUS, R. S. "Personality and Adjustment," Prentice Hall, 1968.

LOHITHAKSHEM, P. M. "An enquiry into the emotional stability of pupils in some high schools in Central Travancore", M.Ed. Thesis submitted to the University of Madras, 1955.

MIKESELL, W. H. Maladjustment in Mikesell W. H. Etd. "Mental Hygiene," Prentice Hall, 1939, pp. 123-160.

MUTHAYYA, B. C. "A study of level of aspiration and its relation to modes of reaction to frustration among adolescents', Ph.D., thesis submitted to the University of Madras, 1960.

NARAYANA RAO, S. "Predicting Academic Achievement of Students in Science and Arts Colleges," Psychol Res. *7, 2, 1962,* pp. *16—20.*

OOMEN, MARY, "A Study of Social Development of the Child," M.Litt. Thesis submitted to the University of Madras, *1957.*

PARAMESWARAN, E. G. "Investigation into some psychological problems of the transitional stage from adolescence to early adulthood", M.Litt. thesis submitted to the University of Madras, *1958.*

PATEL, R. "Investigation into the ways and methods of training and treatment of pre-school children as obtained in some middle class families in Madras City," M.Litt. Thesis submitted to the University of Madras *1956.*

PRASAD, R. C. AND SINGH, B. K. "Some Important Characteristics of Teachers and Students" Psy. Research, *7, 1, 1962,* pp. *23—32.*

RAJALAKSHMIVARMA "A Study of Children's Fears", M.Litt., thesis submitted to the University of Madras, 1956.

"Behaviour problems in children pre-school and early school age", Ph.D. thesis submitted to the University of Madras, 1961.

RAJALAKSHMI, MITRA AND KHERA — "Developmental Norms of Indian Children 2½ to 5 years N.C.E.R.T." Research Ref. No. *12, 1967.*

RAMA DEVI, B. — "Comparative Study of Personality of Married and Unmarried Women Teachers," M.Litt. thesis submitted to the University of Madras, *1958.*

RAO, M. N. AND BHATTACHARJEE, B. — Psychological Normion Indians I Growth curve of children in I month J. Pediatrics, XIX, *73,1952.* II Growth curves of children in first year XX, 82, 1953.

RAO, T. S. — "A study of adjustment difficulties and the relation to second language attainments of bilinqual children", Ph.D. thesis submitted to the University of Madras, *1963.*

RAMAN, E. J. — "Neuroses in Industry", paper read at 6th Annual Conference of I.A A.P. held at Bangalore, *1966-67.*

RICHARD C., LIVES M. F., PETERSON, P. G. — "Aging and Personality," John Wiley & Sons, *1962.*

ROSARIO, D. D. — "The Problem of the bright children in the class room", M.Ed., thesis submitted to the University of Madras, 1946.

SANTHANAM, M. L. — "Levels of Anxiety among employed, unemployed and under employed," Ph.D. thesis submitted to the University of Madras, 1965.

SAVITHRIKRISHNAN — "Study of the Phantasis of Adolescent Girls", M.Litt. thesis submitted to the University of Madras, *1957.*

SAXENA, K. N. — The talented pupil as the future scientist, 'The talented pupil'.

SCOTT, W. A. Definitions of Mental Health and illness, in Gollow, L. Kataoshy, Ed. "Readings in Psychology of Adjustment," McGraw Hill, *1959*, pp. *88-106*.

SHAFFER, L. F. AND SHOBEN, E. J. "The Psychology of Adjustment," Houghton Mifflin Co., *1956*.

SHANMUGAM, T. E. "An analytical study of personality of juvenile delinquents and criminals", M.Litt., thesis, University of Madras, *1946*.

"A study of Adolescent phantasy', J. Mad. Univ., *1950*.

"A Study of Emotional Instability in Adolescence', J. Mad. Univ., *1953*.

"Adolescent Personality-An investigation of emotional stability in adolescent boys of low socio-economic families', Ph.D. thesis University of Madras, *1956*.

"Symptoms of emotional stability in adolescent boys of low socio-economic families'. J.Mad. Univ., *1956*.

"Sex delinquency and emotional instability", Ind. J. Socio. Work, *1956*.

'Effect of low socio-economic status on emotional stability', J. Psychol. Research, *1957*.

"'Sex delinquents and their fantasies.' J. Psychol. Res., *1958*.

'You have a personality,' Mad. Med. College, J. *1960*.

'Psychology and Social Problems of Our Country', Presidential address to 12th Madras Psychology Conference organised by Madras Psychology Society at Madras, November, 1965.

'Human Problems in Industry', Presidential address to 5th Annual Conference of the Indian Academy of Applied Psychology held at Bangalore, Indian Institute of Science, 1966, December.

'Psychology and Educational Problems', Presidential address to 6th Annual Conference of the Indian Academy of Applied Psychology at University of Waltair, Waltair, December, 1967.

'Psychology of Old Age', Radio Talk.

Books.

(1) "Ulaviyal" (Part—I), 1961.
(2) "Ulaviyal" (Part—II), 1962.

SHIVAPPA, D. — 'The relationship between some personality traits and the rate of learning in old people', M.Ed. thesis, submitted to University of Madras, 1962.

SINGH, B. K. AND PRASAD, R. C. — 'Occupational Preferences of Students of Psychology at the Patna University' Psychol. Research 7, Nov. 1962, 20—31.

SWAMINATHAN, A. — 'The problems of recidivism among juvenile delinquent boys', M.Ed. thesis submitted to University of Madras, 1957.

VOTH, H. C. 'Mental Hygiene and the future in Mikesell, W. H. Etd., " Mental Hygiene", Prentice Hall, 1939.

WARTY, M. S. 'The Personality of the Aged—An investigation' Seminar on personality held at Jodpur University, Oct. 1968.

WELFORD, A. T. 'Methodological problem in the study of changes in human performance with age', Ciba foundation Colleguia on Aging Vol. 3, 1957, pp. 144-169.

WITMER, H. L. 'Individual differences in infancy' in Gorlow, L. and Katkowsky Etd. "Readings in Psychology of Adjustment," McGraw Hill, 1959.

தமிழ் வெளியீட்டுக் கழகம்

சென்னை – 9

1970 ஜனவரிவரை வெளியிட்டுள்ள நூல்கள்

பொருளாதாரம்

எண்	நூல்	ஆசிரியர்	ரூ.	பை.
*1.	பொருளாதாரம்—I	சி. வேலாயுதம்	6	50
*1-A.	,, II	,,	9	00
2.	புதுமைப் பொருளாதாரக் கூறுகள்	திருமதி ஆர். தாமரஜாட்சி	12	00
3.	பொருளாதாரம்—ஓர் அறிமுகம்—I	தி. சி. மோகன்	12	00
4.	,, ,, II	எம். ஏ. அபூர்வசாமி, பி. வி. ஸ்ரீநிவாசன்	10	75
5.	பொருளாதாரக் கோட்பாடு வளர்ந்த வரலாறு	க. முத்தையன்	7	00
*6.	பணவியலும் பாங்கியலும்—II	சி. வேலாயுதம்	11	50
7.	நவீன் பாங்கு இயல்	க. வெற்றிவேல்	7	50
*8.	இந்தியச் செலாவணியும் பாங்கு முறையும்	பி. வி. ஸ்ரீநிவாசன்	5	50
*9.	அரசாங்க நிதி இயல்	அர. சேஷாசலம்	4	75
10.	இந்தியப் பொருளியல்—I	எம். பாலசுப்பிரமணியன்	10	00
11.	,, II	எம். லூர்துநாதன்	4	25
12.	நமது பொருளாதாரப் பிரச்சினை—I	சி. சுந்தரராஜன்	10	75
13.	நமது பொருளாதாரப் பிரச்சினை—II	எஸ். குழந்தைநாதன்	10	50
14.	இங்கிலாந்தின் பொருளாதார வரலாறு—I	கீ. சீ. இராமசாமி	6	00
15.	,, ,, II	,,	6	00
16.	அமெரிக்காவின் நவீன பொருளாதார வளர்ச்சி	தி. சி. மோகன்	5	00
17.	அமெரிக்கப் பொருளாதார வரலாறு—I	மு. க. சுப்பிரமணியம்	11	00

* மூலநூல் (Original Book)

பொருளாதாரம்—(தொடர்ச்சி)

எண்	நூல்	ஆசிரியர்	ரூ.	பை.
18.	அமெரிக்கப் பொருளாதார வரலாறு—II	பி. வி. சீனிவாசன்	6	00
19.	,, ,, III	,,	6	50
20.	அரசாங்க நிதியியலின் பொருளாதாரம்—I	மா. குமாரசாமி	10	00
21.	,, ,, II	அர. சேஷாசலம்	9	50
22.	இந்தியாவின் பொருளாதார வளர்ச்சி—I	தே. வேலப்பன்	10	00
23.	,, ,, II	ஜி. சிதம்பரம்	8	00
24.	பணம்—சிறு விளக்கம்	கோ. இராதாகிருஷ்ணன்	10	00
*25.	வாணிக இயலின் தத்துவங்கள்	கு. ஆளுடைய பிள்ளை	9	50
26.	பத்தொன்பதாம் நூற்றாண்டில் கிரேட் பிரிட்டனில் தொழில்-வாணிகப் புரட்சி	சு. ரா. கருப்பண்ணன்	11	00
27.	பென்ஹாம் பொருளாதாரம்—I	ஏ. குழந்தை	11	00
28.	,, ,, II	எஸ். குழந்தைநாதன்	7	00
*29.	வரவு செலவுத் திட்டம்	ஆர். ரங்காச்சாரி	6	00
30.	பன்னாட்டுப் பொருளாதாரம்—I	ஏ. குழந்தை	7	50
31.	,, ,, II	கே. எஸ். இராமசாமி	9	00
32.	பொருளாதார ஆய்வு நூல்—I	கோ. இராதாகிருஷ்ணன்	7	75
33.	,, ,, II	,,	7	00
34.	வளர்ச்சியுறாத நாடுகளின் அரசாங்க நிதியியல்	க. வெற்றிவேல்	4	25
35.	வளர்ச்சி குறைந்த நாடுகளின் முதலாக்கம் பற்றிய சிக்கல்கள்	மா. குமாரசாமி	5	0
36.	1939 முதல் இந்தியாவில் பணவீக்க விலைப் போக்குகள்	சி. சுந்தரராஜன்	7	50
37.	பொருளாதார வளர்ச்சி பற்றிய கட்டுரைகள்	எம். கே. சுப்பிரமணியம்	7	75
38.	இந்தியப் பொருளாதார வரலாறு (1857-1956)—I	ம. திருநாவுக்கரசு	7	00
39.	பொருளாதாரம்—ஓர் அறிமுகம்	பு. வி. சீனிவாசன்	6	25

வரலாறு

No.	Title		Author		Price
*40.	பிரிட்டன் வரலாறு—I	...	கி. ர. அனுமந்தன்	...	4 50
*41.	,, ,, II	...	,,	...	3 50
*42.	,, ,, III	...	,,	...	7 25
*43.	ஐரோப்பிய வரலாறு—I		டி. வி. சொக்கப்பா	...	4 50
*44.	ஐரோப்பா—கடந்த ஐந்து நூற்றாண்டு காலச் சரித்திரம்	...	வை. விருத்தகிரீசன்	...	15 00
45.	இங்கிலாந்து வரலாறு—I	...	இரா. அண்ணாமலை	...	13 00
46.	,, ,, II	..	பா. மாணிக்கவேலு	...	13 00
47.	,, ,, III	...	என். ஜே. ராஜகோபால்	...	8 00
48.	,, ,, IV	...	,,	...	8 00
49.	இங்கிலாந்தின் வரலாறு—I	...	க. த. திருநாவுக்கரசு	...	15 00
50.	,, ,, II	...	எம். எக்ஸ். மிராண்டா	...	8 00
51.	,, ,, III	...	,,	...	5 00
52.	இந்தியாவின் சிறப்பு வரலாறு—I	...	தி. வெ. குப்புசாமி	...	7 50
53.	,, ,, II	...	ஏ.உஸ்மான் ஷெரீப்	...	9 00
54.	,, ,, III	...	அ. பாண்டுரங்கன்	...	11 00
55.	கிரேக்க நாட்டு வரலாறு—I	...	சைமன் ஐ. எஸ். பாக்கியநாதன்	...	7 50
56.	,, ,, II	...	,,	...	7 00
57.	,, ,, III	...	பி. இராமாநுஜம் தேவதாஸ்	...	7 75
58.	ஆக்ஸ்ஃபோர்டின் இந்திய வரலாறு—I	...	தி. வெ. குப்புசாமி	...	8 25
59.	,, ,, II	...	ஏ. உஸ்மான் ஷெரீப்	...	7 50
60.	,, ,, III	...	க. த. திருநாவுக்கரசு	...	10 50
61.	முகலாயப் பேரரசு—I	...	ஏ. உஸ்மான் ஷெரீப், எம்.எக்ஸ். மிராண்டா	...	7 50

* மூலநூல் (Original Book)

வரலாறு—(தொடர்ச்சி)

எண்	நூல்	ஆசிரியர்	ரூ.	பை.
62.	முகலாயப் பேரரசு—II	எம்.எக்ஸ். மிராண்டா, பா. மாணிக்கவேலு	7	75
63.	ஆங்கில அரசியலமைப்பின் வரலாறு—I	வை. விருத்தகிரீசன்	7	50
64.	,, II	வை. விருத்தகிரீசன், இரா. அண்ணமலை	6	75
65.	,, III	இரா. அண்ணமலை, பா. மாணிக்கவேலு	6	50
66.	,, IV	பா. மாணிக்கவேலு	7	00
67.	ஆங்கிலேயரின் சமுதாய வரலாறு—I	சி. ஈ. இராமச்சந்திரன்	6	50
68.	,, II	சி. ஈ. இராமச்சந்திரன், இர. ஆலாலசுந்தரம்	6	75
69.	,, III	ஆர். ஆலாலசுந்தரம்	6	50
70.	இந்தியாவில் முகலாயரின் ஆட்சி—I	பா. மாணிக்கவேலு	5	00
71.	,, II	ஏ. உஸ்மான் ஷெரீப்	6	00

அரசியல்

எண்	நூல்	ஆசிரியர்	ரூ.	பை.
*72.	இந்திய அரசியலமைப்பு	வீ. கண்ணையா	4	75
73.	அரசியலுக்கு ஓர் அறிமுகம்	டி. செல்லப்பா	8	50
74.	தற்கால அரசியல் அமைப்புகள்	மோ. வள்ளுவன் கிளாரன்சு	8	50
75.	பன்னாட்டு அரசியல்—I	திருமதி நூர்ஜஹான் பாவா	16	00
76.	,, ,, II	,,	13	25
77.	பொதுத்துறை ஆட்சி இயல்—I	வீ. கண்ணையா	9	00
78.	,, ,, II	அ. ஜெகதீசன்	7	25
79.	பொதுத்துறை ஆட்சியியலுக்கு ஓர் அறிமுகம்—I	வீ. கண்ணையா	7	50
80.	,, ,, II	டி. செல்லப்பா	7	50
81.	இந்திய அரசியலமைப்புத் திட்டம்	தி. வெ. குப்புசாமி, எஸ். சுப்பிரமணியன்	9	25
82.	இந்திய ஆட்சி அமைப்புமுறை வளர்ச்சி—I	வீ. கண்ணையா	6	25
38.	,, ,, II	வீ. கண்ணையா, கி. ர. அனுமந்தன்	5	75

எண்	நூல்	ஆசிரியர்	ரூ.	பை.
84.	இந்திய ஆட்சி அமைப்புமுறை வளர்ச்சி-III ...	கி. ர. அனுமந்தன் ...	4	25
*85.	மக்கள் ஆட்சி ...	க. சந்தானம் ...		
86.	1919 முதல் சர்வதேச உறவுகளும் உலக அரசியலும் ...	என். ஜே. ராஜகோபால் ...	7	75
87.	சமூக, அரசியல் கொள்கையின் அடிப்படைகள் ...	மோ. வள்ளுவன் கிளாரன்ஸ் ...	7	00
88.	அரசியலமைப்புச் சட்ட ஆய்வுக்கு ஓர் அறிமுகம்—I ...	பா. சூரியநாராயணன் ...	5	75
89.	,, ,, II ...	பா. சூரியநாராயணன், கி. ர. அனுமந்தன் ...	6	00
90.	,, ,, III ...	கி. ர. அனுமந்தன் ...	5	75

உளவியல்

எண்	நூல்	ஆசிரியர்	ரூ.	பை.
91.	குழந்தை உளவியல்—I ...	கி. ர. அப்புள்ளாச்சாரி ...	8	00
92.	,, ,, II ...	,, ...	7	00
93.	உட்கவர் மனம் ...	சி. ந. வைத்தீஸ்வரன் ...	7	00
94.	இளையோர் உளவியல்—I ...	தி. இரா. அரங்கராசன் ...	12	00
95.	,, ,, II ...	,, ...	9	00
96.	சமூக உளவியல் ...	என். வேதமணி மானுவேல் ...	9	25
97.	பிறழ்நிலை உளவியல் ...	அ. பெசென்ட் கிரீப்பர்ராஜ் ...	11	00
98.	பித்தரின் உள்ளம் ...	,, ...	3	00
99.	குமர உள்ளம் ...	டாக்டர் மு. அறம் ...	6	25

* மூலநூல் (Original Book)

தத்துவம்

100.	இந்து சமயத் தத்துவம் ...	ஞா. ராஜாபகதூர்	... 5 50
*101.	அறிவு ஆராய்ச்சி இயல் ...	ஆர். ராமானுஜாச்சாரி	... 3 50
*102.	மேலை நாட்டுத் தத்துவம் ...	ஆர். எஸ். தேசிகன்	... 3 50
103.	அத்துவித தத்துவம் ...	கோ. மோ. காந்தி	... 6 50
104.	ஆங்கிலேயப் பயன்வழிக் கொள்கையினர் ...	மோ. வள்ளுவன் கிளாரன்சு	... 5 50
105.	இந்தியத் தத்துவம்—I ...	வ. அ. தேவசேனபதி, ப. நா. சண்முக சுந்தரம்	... 3 50
106.	,, II	,,	... 6 00
107.	மெய்ப்பொருளியல்—ஓர் அறிமுகம்—I ...	சி. இராமலிங்கம்	... 6 00

அறவியல்

108.	அறவியல்—ஓர் அறிமுகம்	கோ. மோ. காந்தி	... 8 50

அளவையியல்

109.	அளவையியல்—தொடக்க நூல் ...	கி. ர. அப்புள்ளாச்சாரி	... 2 50

மானிடவியல்

*110.	மானிடவியல் ...	ம. சு. கோபால கிருஷ்ணன்	... 4 75
111.	பண்பாட்டுக் கோலங்கள் ...	கி. பூ. சுப்பிரமணியம்	... 5 50
112.	இந்தியாவில் குடியானவர் வாழ்க்கை ...	எஸ். இலட்சுமி	... 3 50

சமூகவியல்

113.	சமூகவியலின் அடிப்படைக் கோட்பாடுகள்...	ஜே. நாராயணன்	... 10 50

புவியியல்

No.	Title	Author	Rs.	P.
114.	ஆசியா—I	கொ. சேஷ. நரசிம்மன்	9	50
115.	,, II	,,	8	75
116.	ஐரோப்பாக் கண்டத்தின் புவியியல்	ஏ. எஸ். நாராயணன்	8	50
*117.	தென் கிழக்கு ஆசியா	ஜி. கிருஷ்ணமூர்த்தி	8	50
*118.	வட அமெரிக்கா	குமாரி இரா. அலமேலு	8	25
*119.	தென் அமெரிக்கா	எம். என். பத்மநாபன்	9	00
*120.	தென் கண்டங்கள்—ஆஸ்திரேலியா	திருமதி எச். நியூமன்	4	00
*121.	,, —ஆஃப்ரிக்கா	எஸ். முத்துக்கிருஷ்ணக் கரையாளர்	3	25
*122.	புவிப்புறவியல்-II	நா. அனந்தபத்மநாபன்	6	00
*123.	செய்முறைப் புவியியல்	சு. ஜெயச்சந்திரன்	9	00
*124.	மக்கட் பரப்பியல்	வி. எஸ். அனந்தபத்மநாபன்	6	25
*125.	சமுத்திரவியல்	கோ. இராமசாமி	6	50
126.	காலநிலை இயல்—I	கொ. சேஷ. நரசிம்மன்	10	00
127.	,, II	,,	5	00
128.	காலநிலை இயல்	திருமதி இராதா	10	00
129.	வளியியலுக்கு ஓர் அறிமுகம்	கோ. இராமசாமி	11	00
130.	புவி அமைப்பு இயல்	சி. விஸ்வநாதன்	4	75
131.	பௌதிகப் புவியியலும் புவியமைப்பியலும்	கோ. இராமசாமி	6	00
132.	சிஷோமின் வாணிகப் புவியியல்-I	எஸ். மாணிக்கம்	9	50
133.	,, II	எம். கார்த்திகேயன்	12	00
134.	,, III	சி. எஸ். நரசிம்மன்		

*மூலநூல் (Original Book)

புள்ளியியல்			
*135.	புள்ளியியல்—அறிமுகம்	சு. வைத்தியநாதன்	10 00
136.	புள்ளியியல் முறைகள்-I	கோ. சண்முகசுந்தரம்	10 00
137.	,, II	இராஜகோபாலன்	14 00
138.	நம்மைச் சுற்றியுள்ள பேரண்டம்	தி. வி. லட்சுமிநரசிம்மன்	6 50
உயர் கணிதம்			
*139.	ஆயத்தொலை வடிவகணிதம்	டி. கே. மாணிக்கவாசகம் பிள்ளை	12 50
*140.	வகை நுண்கணிதம்	,,	8 00
*141.	தொகை நுண்கணிதம்	தி. கோவிந்தராசன்	9 00
விலங்கியல்			
*142.	விலங்கியல்	பெ. மா. அண்ணுமலை, இரா. முருகேசன்	12 00
பௌதிகவியல்			
143.	ஒளி நூல்	ச. சம்பத்து	10 00
விஞ்ஞானம்			
*144.	வானவெளி வெற்றி	டாக்டர் எம். ஏ. தங்கராஜ்	6 00
*145.	ரேடியோ	,, பி. திருஞானசம்பந்தம்	4 75
*146.	எக்ஸ்-கதிர்கள்	பெ. நா. அப்புசாமி, ஜே. பி. மாணிக்கம்	4 50
*147.	பாம்புகள்	பெ. மா. அண்ணுமலை	3 50
*148.	தாவரம்—வாழ்வும் வரலாறும்	டாக்டர் கு. சீனிவாசன்	8 00
*149.	கரும்பு	கு. பெரியசாமி	4 00
*150.	தாவரங்களின் வாழ்வியல்	எஸ். சுந்தரம்	6 50

மருத்துவம்

			Rs.	P.
*151.	நீரிழிவு—க்ஷயரோகம்	டாக்டர் ஜி. வேங்கடசாமி, டாக்டர் ஏ. கதிரேசன்	2	50
152.	மகப்பேறும் மாதர் நோயும்	டாக்டர் (குமாரி) மணிமேகலை	8	25
*153.	பாக்டீரியா	சு. சுந்தரம்	2	50
154.	புற்றுநோய்	அ. கதிரேசன்	3	50
155.	உடலியங்கியல்—I	டாக்டர்கள் ஜி. வேங்கடசாமி, டி. சரோஜினி, எஸ்.கே. துரைராஜ், ஆர். சேது	6	75
156.	„ II	„	5	50
157.	என்புருக்கி நோய்	டாக்டர் அ. கதிரேசன்	7	25

பொறியியல்

158.	நீங்களே உங்கள் வீட்டைக் கட்டலாம்	கே. வி. கிருஷ்ணராஜ், சி. ஆர். சுப்பிரமணியம், ஆர். இராமசாமி, கே. வேணுகோபால்	8	50

கூட்டுறவு

159.	உலகக் கூட்டுறவு இயக்கம்	அ. வேல்மணி	5	50

சட்டம்

*160.	குற்றவியல் சட்டம்	எம். சண்முகசுப்பிரமணியம்	10	00

பொது நூல்கள்

161.	மகாத்மா காந்தி	சரஸ்வதி தங்கையன்	3	25
162.	விவசாயப் புரட்சி	வி. கார்த்திகேயன்	8	00

*மூலநூல் (Original Book)

பொது நூல்கள்—(தொடர்ச்சி)

			Rs.	P.
*163.	சேமக் கை-நூல்	ஆ. சுப்பிரமணியம்	2	50
*164	முற்காலச் சோழர் கலையும் சிற்பமும்	எஸ். ஆர். பாலசுப்பிரமணியம்	9	00
*165	உணவும் ஊட்டமும்	தி. வேங்கிடகிருஷ்ணய்யங்கார்	4	50

புகுமுக (P.U.C.) வகுப்புகளுக்குரியவை

			Rs.	P.
*166.	உலக வரலாறு	டி. ஆர். இராமச்சந்திரன்	4	00
*167.	பொருளாதாரம்	ஜி. சிதம்பரம்	2	75
*168.	வணிகவியலுக்கு ஓர் அறிமுகம்—I	கு. ஆளுடைய பிள்ளை	2	50
*169.	,, ,, II	,,	2	25
*170.	பௌதிகம்	டாக்டர் பி. திருஞானசம்பந்தம், ஆர். நாகராஜன்	7	50
*171.	புகுமுக பௌதிகம்	டாக்டர் எம். ஏ. தங்கராஜ்	5	75
*172.	புகுமுக வகுப்புக் கணிதம்—I	கே. ராஜகோபாலன்	7	00
*173.	,, II	,,	3	00
*174.	புகுமுக வகுப்புக் கணித நூல்—I	டி. கோவிந்தராஜன், முத்துசாமி	7	00
*175.	,, II	,, ,,	4	50
*176.	கணிதம்—ஓர் அறிமுகம்—I	ஆர். மகாதேவன்	4	75
*177.	,, II	,,	3	25
*178.	வேதியியல்	பி. டி. முனியப்பா, ஆர். முத்துலட்சுமி	7	00
*179.	புகுமுக வேதியியல்	சி. ஏ. பத்மநாபன்	5	50
*180.	விலங்கியல்	எஸ். ஆப்ரகாம்	4	00
*181.	புகுமுக விலங்கியல்	பெ. மா. அண்ணாமலை	7	25
*182.	புகுமுக வகுப்புத் தாவரவியல்	எஸ். சுந்தரம்	4	50

பட்டப்படிப்பிற்குரிய (பி.எஸ்ஸி.) நூல்கள்

பௌதிகம் (Physics)

No.	Title	Author	Rs.	P.
*183.	எந்திரவியல்—சிறப்புப் பாடம் (Book I)	ஆர். நாகராசன்	6	25
*184.	வெப்பவியல்—சிறப்புப் பாடம்	கே. நாச்சிமுத்து	5	25
*185.	செய்முறை பௌதிகம்—சிறப்புப் பாடம் (Book I)	டி. கமலக்கண்ணன், எஸ். கிருட்டிணசாமி	4	50
*186.	பௌதிகம்—துணைப்பாடம் I (Book I)	பி. தங்கராஜன்	4	00
*187.	பௌதிகம்—துணைப்பாடம் I (Book II)	,,	3	00
*188.	செய்முறை பௌதிகம்—துணைப்பாடம்	கே. பாசுகரன், இரா. செயராம்	4	50
*189.	மின்னியல்—காந்தவியல் (Book I)	டி. ஏ. கறுப்பண்ணன்	4	75
*190.	ஒளியியல்—சிறப்புப் பாடம்	டாக்டர் வி. சண்முகசுந்தரம், டாக்டர் ஆர். சபேசன்	7	75

வேதியியல் (Chemistry)

No.	Title	Author	Rs.	P.
*191.	செய்முறைக் கனிம வேதியியல்—சிறப்புப் பாடம்	டி. இராமலிங்கம்	2	25
*192.	பௌதிக வேதியியல் (Book I)	டி. சக்திவேலு	4	00
*193.	கனிம வேதியியல்—துணைப்பாடம்	சி. ஏ. பத்மநாபன்	6	50
*194.	கனிம வேதியியல் (Book I)	பி. டி. முனியப்பா	4	00
*195.	பொது பௌதிக வேதியியல்—துணைப் பாடம்	ஆர். துளசிதாஸ்	4	75

கணிதம் (Mathematics)

No.	Title	Author	Rs.	P.
*196.	இயற்கணிதம்—சிறப்புப் பாடம் (Book I)	டி. கோவிந்தராஜன், கே. முத்துசாமி	4	25
*197.	தொகுமுறை வரைகணிதம்—சிறப்புப் பாடம்	ஆர். மகாதேவன்	2	00
*198.	எண்சார் கணிதம்—சிறப்புப் பாடம்	எம். எம். இராமசாமி	5	50

* மூலநூல் (Original Book)

கணிதம் (தொடர்ச்சி)

			Rs.	P.
*199.	திரிகோண கணிதம்—சிறப்புப் பாடம்	வி. அரங்கநாதன்	3	25
*200.	கணிதம்—துணைப்பாடம்	ஆர். அனுமந்தராவ்	6	00
*201.	நிலையியல்—சிறப்புப் பாடம்	கே. இராஜகோபாலன்	5	00

புள்ளியியல் (Statistics)

*202.	புள்ளியியல்—துணைப்பாடம்	எஸ். கருப்பையா	3	50

விலங்கியல் (Zoology)

*203.	முதுகெலும்பற்றவை—1—சிறப்புப் பாடம்	ஆர். முருகேசன்	11	50
*204.	முதுகெலும்பற்றவை—2—சிறப்புப் பாடம்	திருமதி எஸ். கே. வள்ளி	11	25
*205.	முதுகுநாணுள்ளவை—I—சிறப்புப் பாடம் (Book I)	திருமதி ராணி கந்தசுவாமி	8	00
*206.	முதுகுநாணுள்ளவை—II—சிறப்புப் பாடம் (Book II)	,,	9	75
*207.	முதுகுத்தண்டுள்ளவை—II—சிறப்புப் பாடம்	திருமதி கிருஷ்ணவேணி நாராயணன்	11	75
*208.	முதுகெலும்பற்றவை—துணைப்பாடம்	என். இராமலிங்கம்	9	00
*209.	முதுகுநாணுள்ளவை—துணைப்பாடம்	வி. சேது	10	00

தாவரவியல் (Botany)

*210.	தாவர வெளி உள்ளமைப்பியல்களும் வகைப்பாட்டியலும்—சிறப்புப் பாடம்	கே. ராஜசேகரன்	11	00
*211.	தாவரப் புற அமைப்பியல்	கே. பாலச்சந்திர கணேசன்	9	25
*212.	தாவர உள்ளமைப்பியல்	டாக்டர் ஏ. கோவிந்தராஜுலு	7	25

* மூலநூல் (Original Book)

தமிழ் வெளியீட்டுக் கழகம்

பட்டப்படிப்பு

அறிவியல் பாட நூல்கள், 1969

1. இயற்கணிதம்-1 —திரு. டி. கோவிந்தராசன், ,, கே. முத்துசாமி
2. வெப்பவியல் — ,, கே. நாச்சிமுத்து
3. கனிம வேதியியல் — ,, பி. டி. முனியப்பா
4. முதுகெலும்பற்றவை-துணைப்பாடம் — ,, என். இராமலிங்கம்
5. ஒளியியல் —டாக்டர் வி. சண்முகசுந்தரம், —டாக்டர் ஆர். சபேசன்
6. முதுகுநாணுள்ளவை (பகுதி-1) —திருமதி ராணி கந்தசுவாமி
7. முதுகுத்தண்டுள்ளவை (பகுதி-2) —திருமதி கிருஷ்ணவேணி நாராயணன்
8. தொகுமுறை வரைகணிதம் —திரு. ஆர். மகாதேவன்
9. செய்முறை பௌதிகம்-1 — ,, டி. கமலக்கண்ணன், ,, சீ. கிருட்டிணசாமி
10. திரிகோண கணிதம் — ,, வி. அரங்கநாதன்
11. பௌதிகம்-துணைப்பாடம் (பகுதி-1) — ,, பி. தங்கராசன்
12. எந்திரவியல்-1 — ,, ஆர். நாகராசன்
13. கனிம வேதியியல்-துணைப்பாடம் — ,, சி. ஏ. பத்மநாபன்
14. செய்முறைக் கனிம வேதியியல் — ,, டி. இராமலிங்கம்
15. முதுகெலும்பற்றவை (பகுதி-2) —திருமதி எஸ். கே வள்ளி
16. தாவர வெளி, உள்ளமைப்பியல்களும் வகைப்பாட்டியலும் —திரு. கே. ராஜசேகரன்
17. மின்னியல் - காந்தவியல் — ,, டி. ஏ. கருப்பண்ணன்
18. செய்முறை பௌதிகம்-துணைப்பாடம்- ,, ஜி. பாஸ்கரன், ,, ஆர். செயராமன்
19. முதுகுநாணுள்ளவை-துணைப்பாடம் — ,, வி. சேது
20. எண்சார் கணிதம் — ,, எம். எம். இராமசுவாமி
21. புள்ளியியல்-துணைப்பாடம் — ,, எஸ். கருப்பையா
22. தாவர உள்ளமைப்பியல் — ,, டாக்டர் ஏ. கோவிந்தராஜுலு

மற்றும் எட்டு நூல்கள்

இவை அடக்க விலை வெளியீடுகள் — கழிவு இல்லை.